ผจญภัยในธรรมชาติ

Malaysia
Truly Asia





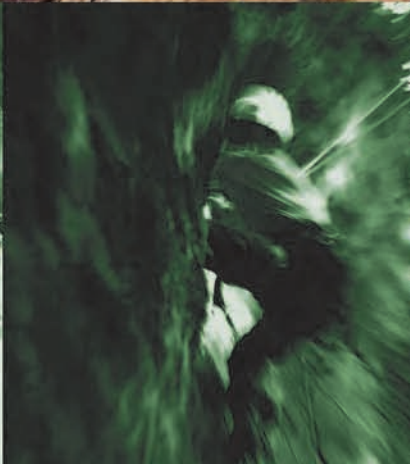





BEB 1119

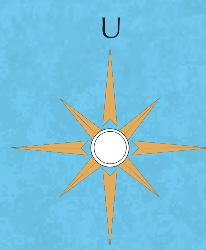






THAILAND
PERLIS
Padang Besar
Bukit Kayu Hitam
Kangar
Kuala Perlis
Pulau Langkawi
Pulau Payar
Tasik Pedu
Kuala Kedah
Alor Setar
KEDAH
Gunung Jerai 1217 m
PULAU PINANG
Georgetown
Bukit Bendera 830 m
Butterworth
Bukit Merah
Bukit Larut 1448 m
Taiping
Kuala Kangsar
PERAK
Tasik Temenggor
Tasik Chenderoh
Gunung Chamah 2171 m
Gunung Korbu 2183 m
Ipoh
Cameron Highlands 1524 m
Pulau Pangkor
Lumut
Kota Bharu
Pulau Perhentian
Pulau Redang
KELANTAN
Gua Musang
Kuala Terengganu
Pulau Kapas
Tasik Kenyir
TERENGGANU
Pulau Tenggol
Taman Negara
Gunung Tahan 2187 m
Kenong Rimba Park
Kuala Lipis
PAHANG
Jerantut
Cherating
ทะเลจีนใต้
Kuantan
Raub
Fraser's Hill 1524 m
Mentakab
Temerloh
Pekan
Tasik Chini
SELANGOR
Kuala Selangor
Genting Highlands 1772 m
KUALA LUMPUR
Shah Alam
Port Klang
Pulau Indah
Putrajaya
Tasik Bera
Tasik Dampar
Morib
KL International Airport
Sepang
Seremban
NEGERI SEMBILAN
Port Dickson
ช่องแคบมะละกา
Kuala Rompin
Tanjung Gemok
Taman Negara Endau Rompin
Pulau Tioman
Pulau Rawa
Pulau Pemanggil
Pulau Besar
Pulau Aur
Mersing
Pulau Tinggi
Pulau Sibu
Tanjung Leman
MELAKA
Melaka
Gunung Ledang 1276 m
Pulau Besar
Muar
JOHOR
Senai
Kota Tinggi
Desaru
Johor Bahru
Tanjung Kupang
Tanjung Belungkor
Pulau Kukup
Tuas
SINGAPURA
Taman Negara Tanjung Datu
Santubong
Taman Negara Bako
Kuching
Taman Negara Gunung Gading
Kubah National Park



มาเลเซีย

Kudat
Taman Tunku Abdul Rahman
Gunung Kinabalu 4095.2 m
Kinabalu Park
Kota Kinabalu
Sandakan
Taman Pulau Tiga
Tambunan
Crocker Range National Park
Labuan
Beaufort
Keningau
SABAH
Kinabatangan River
Tenom
Lahad Datu
Pulau Sakar
Danum Valley
Pulau Tabawan
Padas River
Lawas
Pulau Timbun Mata
Pulau Gaya
BRUNEI DARUSSALAM
Limbang
Tawau Hills Park
Semporna
Long Pasia
Miri
Tawau
Long Semado
Taman Negara Lampir
Pulau Sipadan
Taman Negara Mulu
GunungMurud 2422 m
Marudi
Taman Negara Niah
Long Seridan
Bareo
Taman Negara Similajau
Bintulu
SARAWAK
Belaga
Sibu
Sarikei
Kapit
Bandar Sri Aman
Taman Negara Batang Ai



อธิบายแผนที่

ภูเขา / เนินเขา
สนามบิน
ทะเลสาบ
เมือง
อุทยานแห่งชาติ
เมืองหลวง
เกาะ

แผนที่นี้ไม่ได้กำหนดตามมาตราส่วน







สวรรค์ของการผจญภัย วิมานของคนรักธรรมชาติ

เมื่อครั้งโบราณกาล บรรดานักผจญภัยและนักสำรวจได้เดินทางมาถึงชายฝั่งมาเลเซียเพราะเสน่ห์ดึงดูดของธรรมชาติล้ำค่าอันหลากหลายและการต้อนรับของผู้คนที่มีอัธยาศัยไมตรี

ในวันนี้ มาเลเซียเป็นที่รู้จักไปทั่วโลกในฐานะที่เป็นจุดหมายสำหรับกิจกรรมทางธรรมชาติสารพัดชนิดและการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ ไม่ว่าจะเป็นไต่หน้าผาอันท้าทายหรือเดินป่าตัดข้ามภูเขาจนถึงล่องแพในแม่น้ำเชี่ยวกราก ไม่ก็ดำดิ่งลงเบื้องใต้ท้องทะเลแสนสงบหรืออาจเหินสู่ท้องฟ้าหลากเฉดสีด้วยเครื่องร่อน ที่มาเลเซียมีทั้งนั้น

กว่าครึ่งของผืนแผ่นดินมาเลเซียที่มีขนาด 329,758 ตารางกิโลเมตรปกคลุมไปด้วยป่าฝนเขตร้อนซึ่งเป็นแหล่งอาศัยของพืชและสัตว์สงวนนานาพันธุ์ พืชและสัตว์ท้องถิ่นที่หายากหลายชนิดนั้นพบได้เฉพาะที่ภูเขา Kinabalu หรือที่ที่มีสภาพภูมิประเทศอันน่าพิศวงอย่างถ้ำ Mulu เท่านั้น นอกจากนี้ยังมีป่าดึกดำบรรพ์อายุกว่า 130 ล้านปีอยู่ที่ Taman Negara อุทยานแห่งชาติแห่งแรกของมาเลเซีย









มาเลเซียนำเสนอประสบการณ์อันหลากหลายเพื่อให้คนรักการผจญภัยและคนรักธรรมชาติพึงพอใจที่นี่ มีกิจกรรมให้เลือกมากมายสำหรับทุกวัยและทุกกลุ่ม ตั้งแต่มือสมัครเล่นและครอบครัวที่มาเพื่อสนุก จนถึงคนสนใจอย่างจริงจังและมืออาชีพ











ประเทศแห่งนี้เป็นที่นิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ในฐานะที่เป็นสถานที่จัดการแข่งขันด้านธรรมชาติในระดับสากล รวมถึงรายการเรียลตี้หรือภาพยนตร์ต่างชาติที่เกี่ยวกับการผจญภัยก็มักจะค้นพบสถานที่ถ่ายทำอันสมบูรณ์แบบในมาเลเซีย

การผจญภัยและธรรมชาติทั้งมวลรอคุณอยู่ ณ อาณาจักรเขตร้อนแห่งดินแดนมาเลเซีย เชิญมาเพลิดเพลินกันให้เต็มอิ่มได้ทุกเวลา







เดินป่า



ติดต่อได้ที่

Intra Travel Service Sdn Bhd
Office No. 5, Airport Terminal 2
(Cargo and Warehouse Terminal)
Old Airport Road, Tanjung Aru
Locked Bag 113
88999 Kota Kinabalu,
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 261 558
แฟกซ์ : 6088 267 558
อีเมล์ : enquiry@tabinwildlife.com.my
www.tabinwildlife.com.my



ท่องป่า

ด้วยทัศนียภาพอันงดงาม ผืนดินเขียวชอุ่มสลับสล้างและภูมิทัศน์เขตร้อนที่หลากหลาย ทำให้ป่าดึกดำบรรพ์ของมาเลเซียเหมาะสำหรับการเดินป่าและตั้งแคมป์ อุทยานแห่งชาติและเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่าที่มีอยู่มากมายหลายแห่งเอื้อให้การอยู่ร่วมกับธรรมชาติและค้นหาความลี้ลับที่ซุกซ่อนอยู่เป็นไปได้ดังใจฝัน

จากป่าฝนดึกดำบรรพ์แห่ง Taman Negara ถึงเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่าที่ Danum Valley และที่ราบลุ่มน้ำท่วมถึง Kinabatangan ซึ่งจัดว่าเป็นส่วนหนึ่งในพื้นที่ทางธรรมชาติที่มีการอนุรักษ์ได้ดีที่สุดของเอเชียต่างพร้อมมอบประสบการณ์ล้ำค่าแด่คนรักธรรมชาติ

ขณะที่มือสมัครเล่นอาจลองทดสอบความมันส์แบบง่ายๆ ในสวนป่าหย่อนใจใกล้ใจกลางเมืองที่มีหลายต่อหลายแห่ง นักผจญภัยที่มาตามฤดูกาลมักท้าทายความสามารถด้วยการเดินเขาอย่าง Gunung Tahan ยอดเขาสูงสุดของคาบสมุทรมาเลเซียเป็นเวลานานนับสัปดาห์



สำหรับมือใหม่ควรจ้างไกด์ท้องถิ่นไปด้วยเพื่อความปลอดภัยและจะได้เรียนรู้เรื่องราวของสัตว์ป่าและพันธุ์พืชอันหลากหลายที่มีอยู่ในระบบนิเวศน์อย่างป่าเขตร้อนนั้นจะหนาทึบและพืชที่ขึ้นแน่นหนาก็จะช่วยพรางกายให้กับบรรดาสิ่งมีชีวิตที่พำนักอยู่ได้ดี ถ้าจะมองหาพวกมันก็ต้องใช้ความอดทนและสายตาที่ฝึกฝนมาอย่างดีถึงจะมองเห็น

สิ่งแวดล้อมอันหลากหลาย

บึงป่าโกงกาง ที่ราบลุ่มริมแม่น้ำอันกว้างใหญ่ ป่าดิบชื้น และป่าสันเขา คือส่วนหนึ่งในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมอันหลากหลายซึ่งทั้งหมดนี้สามารถพบได้คราวเดียวกันในเส้นทางเดินป่า ซึ่งต่างก็มีระบบนิเวศน์และพืชพันธุ์สัตว์ป่าที่มีลักษณะเฉพาะ








แนวป่าโกงกางทำหน้าที่เป็นกันชนที่มีชีวิตในการป้องกันการกัดเซาะตลิ่ง และยังเป็นผู้พิทักษ์การเพาะพันธุ์รวมทั้งเป็นเขตอนุบาลปลาและสัตว์น้ำหลายชนิดอีกด้วย มีแนวป่าโกงกางขึ้นอยู่เกือบตลอดแนวคาบสมุทรมาเลเซียด้านชายฝั่งตะวันตกรวมทั้งที่ซาบาห์และซาราวัก ป่าโกงกางบางแห่งอย่างเช่นที่อุทยานธรรมชาติ Kuala Selangor มีทางเดินเท้าเพื่อความสะดวกและปลอดภัยสำหรับนักท่องเที่ยว

ป่าฝนที่พบมากที่สุดคือป่าดิบชื้น ซึ่งจัดว่าเป็นหนึ่งในธรรมชาติที่มีระบบนิเวศน์ที่ซับซ้อนที่สุด เป็นที่พักพิงของพืชนับพันชนิดตั้งแต่ไลเคนขนาดเล็กจนถึงปาล์มพื้นเมือง เฟิร์น และ เถาวัลย์ ตลอดจนต้นไม้ขนาดใหญ่สูงกว่า 50 เมตรเสียดสวรรค์ชั้นฟ้า พืชแต่ละชนิดนั้นต่างก็มีถิ่นที่อยู่ของตนภายในวงจรชีวิตแห่งผืนป่า

สูงขึ้นไปตามเนินและภูเขา เป็นสภาพแวดล้อมแบบป่าสันเขาซึ่งมีสภาพอากาศที่เย็นสบายและให้ทิวทัศน์ที่งดงามให้เส้นทางเดินป่านั้นดูมีคุณค่ายิ่งขึ้น

การเดินป่าสามารถใช้เวลาประมาณหนึ่งชั่วโมงหรือมากกว่านั้น ส่วนการตั้งแคมป์จะอยู่กี่วันก็ได้ตามใจต้องการ แต่ที่แน่ๆ ช่วงเวลาที่เหมาะที่สุดในการเดินป่าที่คาบสมุทรมาเลเซียนั้นควรเป็นช่วงฤดูแล้งตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงกันยายนซึ่งเป็นช่วงที่มีปริมาณฝนน้อย ส่วนถ้าเป็นที่ซาบาห์และซาราวักควรไปในฤดูฝนตั้งแต่กรกฎาคมถึงตุลาคม

ในหลายพื้นที่ การเดินป่าสามารถผนวกรวมกิจกรรมน่าสนใจอื่นๆ อย่างล่องแม่น้ำไปพร้อมกันได้







แหล่งธรรมชาติและการผจญภัยในป่า

• Kuala Selangor Nature Park	สลังงอร์	ป่าโกงกาง
• Templer Park	สลังงอร์	ป่าภูเขา
• Ulu Bendol	เนกรีเซมบีลัน	ป่าภูเขา
• Endau Rompin	ยะโฮร์	ป่าฝนที่ราบต่ำ
• Gunung Ledang	ยะโฮร์	ป่าฝนที่ราบสูง
• Cameron Highlands	ปาหัง	ป่าฝนที่ราบสูงและป่าฝนภูเขา
• Taman Negara	ปาหัง	ป่าฝนที่ราบต่ำและป่าฝนเนินเขา
• Tasik Chini	ปาหัง	ป่าหนองน้ำจืด
• Tasik Bera	ปาหัง	ป่าหนองน้ำจืด
• Genting Highlands	ปาหัง	ป่าฝนที่ราบสูง
• Fraser's Hill	ปาหัง	ป่าฝนที่ราบสูง
• Tasik Kenyir	ตรังกานู	ป่าหนองน้ำจืด
• Danum Valley	ซาบาห์	ป่าที่ราบสูงและป่าภูเขา
• Kinabalu Park	ซาบาห์	ป่าที่ราบสูงและป่าภูเขา
• Kinabatangan Floodplain	ซาบาห์	ป่าหนองน้ำจืด
• Gunung Emas	ซาบาห์	ป่าฝนที่ราบสูง
• Bako National Park	ซาราวัก	ป่าโกงกางและป่าผสม
• Lambir National Park	ซาราวัก	ป่าฝนที่ราบต่ำ
• Mulu National Park	ซาราวัก	ป่าฝนเนินเขาและยอดเขาหินปูน
• Niah National Park	ซาราวัก	ป่าฝนที่ราบต่ำ





ขุมทรัพย์และสัมผัสแห่งผืนป่า

ป่าฝนดึกดำบรรพ์และป่าฝนที่ยังไม่มีการสำรวจในมาเลเซียนั้นจะมอบโอกาสอันยิ่งใหญ่ในการชมพันธุ์พืชและสัตว์ป่าเขตร้อนให้กับนักเดินป่าผู้กล้าหาญ ชีวิตป่าแห่งมาเลเซียเต็มล้นไปด้วยพืชพรรณแปลกตาและสัตว์ป่าหลากชนิดซึ่งต่างเติมเต็มสภาวะการต่อสู้แข่งขันในระบบนิเวศน์ มีหลายชนิดที่เป็นพันธุ์พื้นเมือง พันธุ์หายาก หรือแม้แต่พันธุ์เฉพาะถิ่นและได้รับการอนุรักษ์ไว้ Endau-Rompin ในยะโฮร์มีสภาพแวดล้อมที่ประกอบไปด้วยป่าฝนที่ราบต่ำและป่าฝนภูเขาซึ่งมีลักษณะเฉพาะ เป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์อันตรายจำนวนมากที่สุดในประเทศ ทั้งแรดสุมาตรัน เสือ ช้าง คือส่วนหนึ่งของสัตว์สงวนใน Endau-Rompin

ส่วนใหญ่สัตว์ในป่าฝนมักจะหวาดกลัวหรือพรางตัวเพื่อหลีกเลี่ยงผู้รุกรานหรือการล่า Bumbun หรือหอส่องสัตว์และการเดินพรางตัวที่ Taman Negara ช่วยให้มองเห็นสัตว์ป่าได้ง่ายขึ้น





ข้อควรรู้ในการท่องป่า

- ศึกษาทางเดินและสภาพแวดล้อม ต้องให้แน่ใจว่ามีเวลามากพอที่จะเดินตามเส้นทางได้ลุล่วงก่อนฟ้ามืด อย่าออกนอกเส้นทางเพียงเพื่อจะไล่ตามสัตว์
- มีการตัดสินใจที่ดีในเรื่องของระดับความแข็งแรงของร่างกายที่เหมาะกับสภาพเส้นทาง และต้องรู้ถึงขอบเขตสภาพร่างกายตัวเอง
- ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ป่าไม้หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งทราบถึงแผนการเดินทางและเส้นทางของคุณในวันนั้นเสมอ โดยเฉพาะถ้าเดินทางคนเดียว
- เตรียมน้ำดื่มและของว่างที่ทานง่ายไปให้พอสำหรับเพิ่มพลัง
- ถ้าไม่ได้เดินป่ากับไกด์ท้องถิ่นก็ไม่ควรรับประทานผลไม้ป่าหรือดื่มน้ำจากแหล่งน้ำในป่า
- เมื่ออยู่ในเขตที่ราบสูง ให้พยายามเดินตามสันเขาเพื่อออมแรง เลี่ยงทางลาดชัน และหายใจให้สม่ำเสมอ
- ไม่ทำเสียงดังเพื่อหลีกเลี่ยงการรบกวนสัตว์ป่า ควรออกเดินทางตั้งแต่เช้าตรู่จะได้มีโอกาสดีที่จะชมสัตว์ออกหาอาหารและสัมผัสแสงอาทิตย์ยามเช้าอันอบอุ่น
- สวมใส่เสื้อผ้าเนื้อบาง ค่อนข้างหลวม และควรเป็นผ้าฝ้ายเพื่อความสบาย
- คลุมแขนขาให้มิดชิดด้วยกางเกงขายาวและเสื้อแขนยาวกันยุงกัดและกันการขีดข่วนของหนามต้นไม้
- สวมถุงเท้ากันทากหรือถุงเท้ายาวเพื่อกันตัวทากเกาะ
- เลือกสวมรองเท้าหุ้มข้อที่แข็งแรงยึดเกาะพื้นได้ดีและเบาสบาย
- พร้อมรับฝนที่อาจตกกะทันหันด้วยการเตรียมเสื้อกันฝนซึ่งจะคลุมตัวคุณทั้งตัวและยังคลุมข้าวของไม่ให้เปียก
- หมวกปีกกว้างจะช่วยปกป้องนักเดินป่าจากแสงอาทิตย์เขตร้อนอันแรงกล้า

ให้เวลากับการดูบรรดาแมลงและผีเสื้อแห่งป่าของคาบสมุทรมาเลเซีย พิศวงกับจมูกห้อยๆ ของเจ้าลิงจมูกยาวซึ่งพบได้ที่ Sakau ในซาบาห์ และ Bako ในซาราวัก สดับฟังเสียงกระพือปีกของนกฮอร์นบิลสีสวยในหุบเขาที่ซาราวัก หรือแว่วเสียงเพรียกสะท้อนก้องของชะนีในยามเช้าในหุบเขา Danum ที่ซาบาห์

นอกจากพันธุ์พืชและสัตว์ป่าแล้ว ผืนแผ่นดินแห่งธรรมชาติผืนนี้ยังชุ่มฉ่ำไปด้วยแม่น้ำกว้างใหญ่ ลำธารสายน้อย จนถึงน้ำตกสูงที่สาดกระเซ็นท่ามกลางอ้อมกอดของธรรมชาติ การเดินทางไปเยือนผืนป่าแต่ละคราวจึงให้ประสบการณ์ยิ่งใหญ่ที่ได้สำรวจเรื่องราวและสิ่งสร้างทั้งมวลภายในราวไพร

ส่วนสำคัญในการผจญภัยก็คือการที่ได้ค้นพบว่าสิ่งสร้างทั้งหลายอยู่ร่วมกันได้อย่างไร

ตั้งแคมป์

อุทยานแห่งชาติส่วนใหญ่ในมาเลเซียจะจัดพื้นที่บางส่วนภายในป่าให้ตั้งแคมป์ได้ นอกจากนั้นยังมีภูเขาและชายหาดหลายแห่งที่เหมาะกับการตั้งแคมป์ การเลือกสถานที่ที่จะไปพักแคมป์จำเป็นต้องจดรายละเอียดเกี่ยวกับสภาพอากาศด้วย ในฤดูฝนหรือฤดูมรสุมระหว่างเดือนธันวาคมถึงกุมภาพันธ์พื้นที่ตั้งแคมป์บางส่วนตามแนวริมฝั่งแม่น้ำที่ Taman Negara นั้นไม่สามารถเข้าไปได้

ในบริเวณความสูงที่ต่ำกว่าของป่าดึกดำบรรพ์อย่างวนอุทยาน Taman Negara และ Kenong Rimba ในปาหัง Endau Rompin ในยะโฮร์ รวมถึงอุทยานแห่งชาติ Mulu และ Lambir ในซาราวักนั้นจะมีสภาพอากาศชื้น ดังนั้น ควรจะเลือกเต้นท์ที่ระบายอากาศได้ดี ไม่แนะนำให้ใช้เต้นท์ผ้าไนลอนที่ปิดมิดชิดและมีแผ่นรองพื้นที่เย็บติดถาวรเพราะจะทำให้อากาศในเต้นท์อบอ้าว ส่วนเต้นท์ผ้าฝ้ายก็จะมีน้ำหนักเพิ่มหลังซึมซับน้ำเข้าไป

ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta,
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com







ติดต่อได้ที่

Department of Wildlife
and National Parks
KM 10 Jalan Cheras
56100 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 9075 2872
แฟกซ์ : 603 9075 2873
อีเมล์ : webmaster@wildlife.gov.my
www.wildlife.gov.my

Malaysian Nature Society
JKR 641 Jalan Kelantan
Bukit Persekutuan
50480 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 2287 9422
แฟกซ์ : 603 2287 8773
อีเมล์ : mns@mns.org.my
www.mns.org.my

Utan Bara Adventure Team
The Heritage
Suite 284-14-03
Jalan Pahang
53000 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 4022 5124
แฟกซ์ : 603 4022 6125
อีเมล์ : info@ubat.com.my
www.ubat.com.my

Asian Overland Services
Tours & Travel Sdn Bhd
No. 39C & 40C
Jalan Mamanda 9
Ampang Point
68000 Ampang
Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 4252 9100 / 4251 9840
แฟกซ์ : 603 4252 9800 / 4251 4001
อีเมล์ : aos@asianoverland.com.my
www.asianoverland.com.my

Sabah Parks
Blok K, Lot 1 - 3
Tingkat 1, Sinsuran Complex
Peti Surat 10626
88806 Kota Kinabalu
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 211 881 / 212 719
แฟกซ์ : 6088 211 585
อีเมล์ : sabahparks@sabah.gov.my
www.sabahparks.org.my

Sarawak Tourism Complex
Old Court House
Jalan Tun Abang Hj. Openg
93000 Kuching
Sarawak, Malaysia
โทร : 6082 410 944 / 410 942
แฟกซ์ : 6082 256 301
www.sarawaktourism.com

Sarawak Forestry Department,
Bintulu
Regional Forest Office
97000 Bintulu
Sarawak, Malaysia
โทร : 6086 331 117
แฟกซ์ : 6086 331 923

ขณะที่การตั้งแคมป์บนที่สูงอย่างภูเขา Gunung Jerai ที่เกดะห์ Gunung Korbu ที่เปรัก Gunung Tapis และ Gunung Tahan ที่ปาหัง ควรต้องเลือกบริเวณที่พ้นจากลมและเลี่ยงยอดเขาที่สูงกว่าในช่วงเวลาที่ฝนฟ้าคะนอง เต้นท์แบบประกอบเองที่มีเสาและหมุดทำจากอะลูมิเนียมเหมาะที่สุดสำหรับการตั้งแคมป์บนภูเขา

ถ้าเป็นการตั้งแคมป์ในบริเวณอุทยานทางทะเลหรือชายหาดของมาเลเซียอย่างเกาะ Pulau Payar ที่เกดะห์ Port Dickson ที่เนกริเซมบีลัน Pulau Redang ที่ตรังกานู Pulau Tioman และ Cherating ที่ปาหัง รวมทั้งวนอุทยาน Tunku Abdul Rahman ที่ซาบาห์ ใช้วิธีง่ายๆ แค่เปลหรือถุงนอนก็คงพอ

สถานที่สำหรับตั้งแคมป์ในมาเลเซีย

- Gunung Jerai - เกดะห์
- Pulau Payar Marine Park – เกดะห์
- Gunung Korbu Park – เปรัก
- ชายหาดที่ Port Dickson – เนกริเซมบีลัน
- Mersing Marine Park – ยะโฮร์
- Redang Marine Park – ตรังกานู
- Kenong Rimba Park – ปาหัง
- Gunung Tahan – ปาหัง
- Gunung Tangga Lima Belas – ปาหัง
- Tioman Marine Park – ปาหัง
- ชายหาดที่ Cherating – ปาหัง
- Gunung Tapis – ปาหัง
- Gunung Alab – ซาบาห์
- Tuanku Abdul Rahman Park – ซาบาห์
- อุทยานแห่งชาติรอบเขต Kuching (ป่าที่ราบต่ำและป่าเขา) – ซาราวัก

แม้ว่าตามอุทยานแห่งชาติและบ้านพักสำหรับนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จะมีอุปกรณ์แคมป์ปิ้งพร้อมให้เช่า แต่ทางที่ดีควรเตรียมของพื้นฐานที่จำเป็นไปเองด้วย

อย่าลืมตรวจสอบข้อบังคับซึ่งจะกำหนดตามระบบนิเวศน์หรือมูลเหตุอื่น ถ้าไม่แน่ใจให้ติดต่อสอบถามที่ศูนย์เจ้าหน้าที่ของป่าไม้

ข้อควรรู้ในการตั้งแคมป์

ไม่ว่าจะตั้งแคมป์ที่ป่าฝนอันชื้นแฉะ บนชายหาดที่มีแสงแดดสาดส่อง หรือบนยอดเขา ต่างก็มีข้อควรรู้พื้นฐานด้านสิ่งแวดล้อมให้จดจำเพื่อปกป้องและอนุรักษ์สถานที่ตั้งแคมป์ของมาเลเซีย

- ห้ามตัดต้นไม้เพื่อถางที่สำหรับตั้งแคมป์
- เลือกพื้นที่ตั้งแคมป์ที่โปร่งโล่งปราศจากเศษขยะและห่างจากซากต้นไม้
- ยามค่ำคืนในป่าฝนอากาศจะเย็นกว่าที่คิด ควรพกเสื้อแจ็คเก็ตกันน้ำไปด้วยเพื่อให้อบอุ่นพร้อมกับกันฝน
- ในช่วงฤดูฝน ไม่ควรตั้งแคมป์ใกล้แม่น้ำหรือพื้นที่ลุ่มต่ำ
- ถ้าเป็นไปได้ พยายามหลีกเลี่ยงพื้นที่ตั้งแคมป์ที่เป็นที่นิยมมากๆ เลือกบริเวณที่ไม่ค่อยมีคนใช้เพื่อลดการรบกวนผิวดิน
- ควรนำถ้วยและจานพลาสติกที่นำกลับมาใช้ซ้ำได้ไปใช้ที่แคมป์
- ควรเก็บเศษขยะทุกชนิดรวมกันไว้และนำออกมาตอนขากลับ ไม่ควรฝังไว้



ปีนเขา





ติดต่อได้ที่

Sabah Parks
Blok K, Lot 1 - 3
Tingkat 1, Sinsuran Complex
Peti Surat 10626
88806 Kota Kinabalu
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 211 881 / 212 719
แฟกซ์ : 6088 211 585
อีเมล์ : sabahparks@sabah.gov.my
www.sabahparks.org.my

Sutera Sanctuary Lodges
Lot G15, Ground Floor
Wisma Sabah
88000 Kota Kinabalu
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 243 629
แฟกซ์ : 6088 259 552
อีเมล์ : info@suterasanctuarylodges.com
www.suterasanctuarylodges.com

Visitor Information Centre Miri
452, Jalan Melayu
98000 Miri
Sarawak, Malaysia
โทร : 6085 434 180
แฟกซ์ : 6085 434 179

Sarawak Tourism Complex
Old Court House
Jalan Tun Abang Hj. Openg
93000 Kuching
Sarawak, Malaysia
โทร : 6082 410 944 / 410 942
แฟกซ์ : 6082 256 301
www.sarawaktourism.com



ปีนเขา

การปีนเขาเป็นวิธีที่ยอดเยี่ยมในการค้นพบภูมิทัศน์อันหลากหลายและมีเอกลักษณ์ของมาเลเซีย เริ่มต้นที่ป่าฝนเขตร้อนในที่ราบต่ำแล้วไต่ระดับสู่ภูเขาที่อยู่สูงขึ้นไป แม่น้ำลำธารที่ไหลผ่านและน้ำตกที่พวยพุ่งในเส้นทางเดินช่วยเติมรสชาติให้กับการผจญภัย

จากการเดินง่ายๆ แบบสบายๆ บนเทือกเขา Main Range ของคาบสมุทรมาเลเซีย จนถึงยอดเขาที่ท้าทายแห่งบอร์เนียว ที่นี่มีภูเขาต่างรูปแบบที่มีความเหมาะสมกับนักปีนเขาทุกระดับขั้น ไม่ว่าคุณจะปีนได้ในระดับสูงหรือต่ำก็จะได้รางวัลตอบแทนจากทิวทัศน์และการสำรวจที่น่าตื่นตาตื่นใจซึ่งจะเปิดใจคุณให้กว้างขึ้น

ภูเขาในคาบสมุทรมาเลเซีย

คาบสมุทรมาเลเซียเรียงรายไปด้วยขุนเขาที่ไปได้ง่ายและมีทัศนียภาพงดงาม พอๆ กับภูเขาสูงชันที่ซ่อนเร้นดูลึกลับ

สำหรับผู้เริ่มต้น ให้เลือกปีนเขาซึ่งเป็นที่นิยมเดินได้ไม่ลำบากมากนัก และมีทางเดินที่ชัดเจน อย่างเช่นที่ภูเขาแห่งตำนาน Gunung Ledang ในยะโฮร์ ภูเขาแห่งประวัติศาสตร์ Gunung Jerai ในเกดะห์ หรือ Gunung Angsi ในเนกรีเซมบีลัน ซึ่งใช้เวลาเดินทางหลายชั่วโมงหรือตลอดทั้งวันจึงจะถึงจุดหมาย ภูเขาพวกนี้เดินได้ง่ายและไม่จำเป็นต้องมีไกด์ ที่เขา Gunung Berembun และ Gunung Brinchang ใน Cameron Highlands มีทิวทัศน์ไร่ชาและนาสวนที่กว้างใหญ่ไพศาล เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการเดินเขาแบบสบายๆ ที่บริเวณความสูง 2032 เมตรเป็นจุดสูงสุดของคาบสมุทรมาเลเซียที่มีถนนเข้าถึง

สำหรับใครที่ต้องการกิจกรรมกลางแจ้งที่มากกว่านั้นสามารถเลือกขึ้นสู่ยอดเขาซึ่งต้องเดินทางผจญภัยผ่านผืนป่าไปก่อน Gunung Gagau ใน Taman Negara ใช้เวลาเดินทางตลอดวัน แต่ได้สิ่งที่ต้องการสัมผัสครบทั้งทะเลสาบ แม่น้ำ ป่า และยังได้เข้าชมถ้ำหนึ่งหรือสองแห่งในระหว่างเส้นทางก่อนจะขึ้นสู่ยอดซึ่งมองเห็นทิวทัศน์ของสามรัฐด้วยกัน

สำหรับความท้าทายที่ยิ่งใหญ่กว่านั้น ให้มุ่งตรงไปยังเขา Gunung Tahan ที่สูงสุดในคาบสมุทร เส้นทางไปกลับรวม 130 กิโลเมตร ต้องใช้เวลาเดินทางทั้งหมด 8 วัน ได้ผ่านป่าฝน แม่น้ำคดเคี้ยว และสันเขา ซึ่งอยู่ในพื้นที่ที่ธรรมชาติยังสะอาดบริสุทธิ์ใจกลาง Taman Negara เส้นทางนี้ต้องมีไกด์ที่เชี่ยวชาญไปด้วย



ภูเขาในซาบาห์และซาราวัก

ภูเขาที่มีสภาพแวดล้อมเฉพาะตัวส่วนใหญ่อยู่ใน Malaysian Borneo

Gunung Kinabalu หนึ่งในยอดเขาที่สูงที่สุดของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่มีความสูง 4095.2 เมตรตั้งอยู่ในพื้นที่มรดกโลกของเขตวนอุทยาน Kinabalu ในซาบาห์ นักเดินเขาทุกคนสามารถไปได้ ทางขึ้นยอดเขาซึ่งไปยังยอด Low's Peak เป็นเส้นทางเดินที่โปร่งโล่งและมีเชือกขึงไว้ในบริเวณโขดหินสูงชันระหว่างทางจะได้พบพืชท้องถิ่นบางชนิดที่ขึ้นเฉพาะในบริเวณนี้อย่างกล้วยไม้ Necklace Orchid

บริเวณใกล้กับ Gunung Trusmadi เป็นเส้นทางเสี่ยงกว่าที่ต้องใช้เวลาเดินทางนับสัปดาห์ผ่านป่ามอสเนินเขาสูงชัน และแม่น้ำที่เก็บกักน้ำฝน บนยอดเขานี้จะให้คุณได้ชมภาพภูเขา Gunung Kinabalu ในมุมมองซึ่งนับว่าเป็นมุมหนึ่งที่ดีที่สุด พร้อมกับได้เห็นต้นหม้อข้าวหม้อแกงลิงขนาดใหญ่และหายากซึ่งจะพบได้เฉพาะที่ริมสันเขาของ Trusmadi เท่านั้น

ภูเขาแห่งอื่นนอกจากนี้ส่วนใหญ่จะเดินทางถึงได้ภายในสองวันซึ่งนานพอให้คุณได้เตรียมพร้อมร่างกายเพื่อรับมือกับความสูงชันที่จะพานพบได้

ในซาราวัก Gunung Santubong นับเป็นหนึ่งในภูเขาที่เป็นที่นิยมที่สุด สามารถมองเห็นวิวของ Kuching ได้จากที่นี่ ถ้าจะขึ้นไปยังเขา Gunung Penrissen ซึ่งมีเส้นทางเดินเขาที่ลำบากจำเป็นต้องมีไกด์ไปด้วย แต่ทางลาดชันยาว 1329 เมตรขึ้นสู่ยอดเขานั้นสามารถปีนไปถึงจุดหมายได้ในหนึ่งถึงสองวันเท่านั้น

เส้นทางเดินยาวไกลขึ้นสู่ยอดเขาทรายอันโด่งดังที่ภูเขา Gunung Mulu ต้องใช้เวลาเดินทาง 4 วันผ่านป่าดึกดำบรรพ์ หนองน้ำ กลุ่มต้นโรโดเดนดรันหลากสีสัน ก่อนที่จะกลุ่มเมฆหมอกจะกระจายตัวเผยให้เห็นชะง่อนหินปูนขนาดมหึมายื่นออกมาจาก Gunung Api ที่อยู่อีกฟากฝั่ง



Sarawak Forestry Department, Bintulu
Regional Forest Office
97000 Bintulu
โทร : 6086 331 117
แฟกซ์ : 6086 331 923

National Parks Corporation (Johor)
JKR 475
Jalan Bukit Timbalan
8000 Johor Bharu,
Johor, Malaysia
โทร : 607 223 7471 / 224 2525
แฟกซ์ : 607 223 7472

Site Office
(Endau Rompin National Park)
Kampung Peta
โทร : 607 702 1111 / 702 1100
แฟกซ์ : 607 702 1101

Mutiara Taman Negara
Kuala Tahan
27000, Jerantut
Pahang Darul Makmur
Malaysia
โทร : 609 266 3500 / 266 2200
แฟกซ์ : 609 266 1500
อีเมล์ : cro@mutiarahotels.com
www.mutiarahotels.com

Utan Bara Adventure Team
The Heritage
Suite 284-14-03
Jalan Pahang
53000 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 4022 5124
แฟกซ์ : 603 4022 6125
อีเมล์ : info@ubat.com.my
www.ubat.com.my

Department of Wildlife and National Parks
KM 10 Jalan Cheras
56100 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 9075 2872
แฟกซ์ : 603 9075 2873
อีเมล์ : webmaster@wildlife.gov.my
www.wildlife.gov.my





ที่ปีนเขาในมาเลเซีย		
• Bukit Bendera (Penang Hill)	821 ม.	ปีนัง
• Gunung Jerai	1217 ม.	เกดะห์
• Gunung Korbu	2183 ม.	เปรัก
• Gunung Bubu	1568 ม.	เปรัก
• Gunung Angsi	825 ม.	เนกรีเซมบีลัน
• Gunung Ledang	1276 ม.	ยะโฮร์
• Gunung Belumut	1010 ม.	ยะโฮร์
• Gunung Tahan	2187 ม.	Taman Negara, ปาหัง
• Gunung Gagau	1376 ม.	Taman Negara, ปาหัง
• Gunung Brinchang	2032 ม.	Cameron Highlands, ปาหัง
• Gunung Berembun	2075 ม.	Cameron Highlands, ปาหัง
• Gunung Jasar	1696 ม.	Cameron Highlands, ปาหัง
• Gunung Perdah	1529 ม.	Cameron Highlands, ปาหัง
• Gunung Stong	1422 ม.	กลันตัน
• Gunung Chamah	2171 ม.	กลันตัน
• Gunung Silam	883 ม.	Lahad Datu, ซาบาห์
• Gunung Lotong	1667 ม.	Maliau Basin, ซาบาห์
• Gunung Kinabalu	4095.2 ม.	Kinabalu Park, ซาบาห์
• Gunung Tambuyukon	2580 ม.	Kinabalu Park, ซาบาห์
• Gunung Trusmadi	2643 ม.	ซาบาห์
• Tama Abu	2113 ม.	Kelabit Highlands, ซาราวัก
• Bukit Batu Buli	2082 ม.	Kelabit Highlands, ซาราวัก
• Bukit Batu Lawi	2046 ม.	Kelabit Highlands, ซาราวัก
• Bukit Batu	2092 ม.	ซาราวัก
• Gunung Penrissen	1329 ม.	ซาราวัก
• Gunung Santubong	810 ม.	ซาราวัก
• Bukit Batu Iran	2018 ม.	ซาราวัก
• Gunung Mulu	2376 ม.	Mulu National Park, ซาราวัก





ข้อควรรู้ในการปีนเขา

ขณะที่ภูเขาส่วนใหญ่ โดยเฉพาะที่อยู่ในเขตวนอุทยานแห่งชาติจัดพื้นที่ให้ตั้งแคมป์ได้ รวมทั้งมีอุปกรณ์บางอย่างให้เช่า แต่เราก็ควรวางแผนล่วงหน้าอย่างชาญฉลาด รวมทั้งติดต่อสำรองที่ ตรวจสอบสภาพอากาศและข้อมูลอื่นๆ ในพื้นที่ที่ห่างไกลหรือเขตคุ้มครองควรต้องมีการขออนุญาตจากหน่วยงานที่ดูแลก่อน

ในการเดินทาง ควรจ้างไกด์จึงจะดีที่สุด แม้ว่าเส้นทางจะเดินง่ายก็ตาม นอกเหนือจากการนำทางไปยังที่ตั้งแคมป์และจุดพักที่ดีที่สุดแล้ว ไกด์ท้องถิ่นยังมีความรู้เกี่ยวกับประวัติธรรมชาติและคติชนในพื้นที่นั้นๆ รวมทั้งยังมีประโยชน์ในยามที่มีการเปลี่ยนแผนและต้องเปลี่ยนเส้นทาง

การออกแรงแบกสัมภาระจะมีผลในระดับความสูง ดังนั้น ควรเลือกปีนเขาที่เหมาะกับความสามารถของคุณ อย่าขนอุปกรณ์แคมปิ้งที่หนักเกินกำลัง ข้อแนะนำง่ายๆ ก็คือ น้ำหนักของสัมภาระไม่ควรมากเกินหนึ่งในสี่ของน้ำหนักตัว ยิ่งของเบายิ่งทำให้เดินทางไกลได้มากขึ้น

ข้อแนะนำเกี่ยวกับการแต่งกายและอุปกรณ์

• เสื้อแขนยาวและกางเกงขายาวที่สวมใส่สบายช่วยกันทากเกาะ กันผิวถลอก และปกป้องร่างกายจากสภาพแวดล้อม
• หมวกปีกกว้างจะช่วยป้องกันแสงแดดร้อนแรงและฝนพรำ
• เสื้อกันฝนหรือผ้าคลุมกันฝน
• ถุงมือหรือถุงมือกันหนาวจะช่วยปกป้องคุณจากลมหนาวบนยอดเขา
• สวมรองเท้าบู๊ตเดินป่าที่หลวมสบายแบบหุ้มข้อ พื้นหนา พร้อมสวมถุงเท้าซ้อนกันสองคู่เพื่อกันเท้าพอง
• ควรเลือกใช้เป้หลังเบาสบายที่มีสายหนุนไหล่ เข็มขัดรัดสะโพก และมีโครงในตัว
• พกแผนที่และเข็มทิศไปด้วยเพื่อช่วยในการนำทางในป่า เนื่องจากบริเวณป่าทึบนั้นเราจะมองไม่เห็นแสงอาทิตย์
• นกหวีดเป็นอีกหนึ่งอุปกรณ์จำเป็นที่ต้องมีไว้เพื่อเรียกความสนใจหรือเป็นสัญญาณให้กับคนอื่นๆ
• กล่องเครื่องมือปฐมพยาบาลสำหรับบรรเทารอยถลอก แมลงกัดต่อย และบาดแผล
• ถ่านไฟฉายสำรอง เทียน และไม้ขีดไฟ



ไต่หน้าผา





ไต่หน้าผา

สำหรับคนที่ชอบไต่หน้าผาน่าจะสนุกกับการพิชิตหน้าผาและยอดเขาที่มาเลเซียซึ่งมีให้เลือกมากมายโดยรอบภูมิทัศน์ที่หลากหลาย ชะง่อนผาหินปูนมีอยู่หลายแห่งทั่วคาบสมุทรมาเลเซีย มีทั้งผาชันและเขาหินทรายในซาราวัก รวมถึงกำแพงเทือกเขาแกรนิตขนาดมหึมาในซาบาห์ ตลอดจนผาหินอีกหลายรูปแบบที่รอให้คุณไปสำรวจ

การไต่หน้าผานับเป็นกีฬาที่แพร่หลายแต่ถือว่ายังใหม่มากในมาเลเซีย แม้ว่าจะมีชมรมผู้คลั่งไคล้การปีนผาท้องถิ่นกลุ่มเล็กๆ อยู่ก็ตาม ด้วยเหตุนี้ จึงมีจุดหมายที่ซ่อนตัวอยู่รอให้มีการไปสำรวจอีกมากมาย กิจกรรมกีฬาที่ไปด้วยกันได้กับการไต่หน้าผาก็คือการโรยตัวลงจากหน้าผาโดยใช้เชือก

สถานที่ไต่หน้าผาในมาเลเซีย

มาเลเซียมีทุกอย่าง ตั้งแต่เนินเขาหินปูนขนาดเล็กเชิงผา จนถึงภูเขาที่มีกำแพงผาหินทรายหรือผาหินแกรนิตซึ่งทุกระดับนั้นไต่ยากทั้งสิ้น ขณะที่มีการค้นพบสถานที่ไต่หน้าผาเพิ่มจำนวนมากขึ้นและน่าสนุกมากขึ้น ก็ยังมีที่ที่เหมาะกับการไต่ผาอีกนับร้อยแห่งที่รอให้ไปค้นหา พื้นที่ส่วนใหญ่ในมาเลเซียหนาแน่นไปด้วยผืนป่าซึ่งต่างซุกซ่อนที่ไต่หน้าผาดีๆ อีกมาก

สถานที่ไต่หน้าผายอดนิยมส่วนใหญ่จะอยู่ใกล้เคียงหรือรอบๆ กัวลาลัมเปอร์และสลังงอร์ โดยเฉพาะ Batu Caves และ Bukit Takun อันโด่งดังซึ่งอยู่ทางเหนือของเมือง ที่ไต่หน้าผาขนาดใหญ่เรียงรายอยู่ทางทิศเหนือและตะวันออก ในเปรัก (รอบเขาหินปูนแห่ง Ipoh และเลยถัดไป) เปอร์ลิส กลันตัน และปาหังมีเชิงผาหินปูนนับร้อยแห่งที่รอคอยการสำรวจ นอกจากสถานที่ซึ่งเป็นที่รู้จักกันดีอย่าง Gunung Kinabalu ในซาบาห์ และ Gunung Mulu ในซาราวัก ที่บอร์เนียวเองก็ให้โอกาสอันยิ่งใหญ่ในการไต่หน้าผาด้วยเช่นกัน

เส้นทางไต่หน้าผาในมาเลเซียซึ่งเป็นที่รู้จักส่วนใหญ่จะใช้สำหรับกีฬาไต่หน้าผาหินปูน รวมทั้งการไต่กำแพงผาหินแกรนิตเป็นครั้งคราวในโอกาสพิเศษ การจัดอันดับไต่หน้าผาของฝรั่งเศสก็มักจะจัดที่นี่ กีฬาไต่หน้าผาในร่มเริ่มเป็นที่นิยมมากขึ้นเรื่อยๆ มีให้เล่นที่ศูนย์เยาวชนและศูนย์กีฬา ตลอดจนสถานประกอบการของเอกชน









อากาศและอุปกรณ์

อากาศเขตร้อนมีลักษณะที่ร้อนและชื้นตลอดทั้งปี ดังนั้น จะไต่หน้าผาในฤดูไหนก็ได้ ขณะที่ฤดูมรสุมในบริเวณชายฝั่งตะวันออกของคาบสมุทรปกติจะเริ่มจากเดือนธันวาคมถึงกุมภาพันธ์ แต่พื้นที่อื่นนั้นจะคาดเดาได้ยากว่าจะมีฝนตกหรือไม่ และในบางครั้งก็มักจะตกช้ากว่าที่คาดไว้ในแต่ละวัน พื้นผิวผาหินโดยเฉพาะหินปูนจะแห้งเร็วแม้หลังฝนตกหนัก พึงระวังความร้อนและความชื้นสูง โดยเฉพาะสำหรับนักไต่ผาที่เคยชินกับสภาพอากาศปานกลาง

ในมาเลเซีย การไต่ผาแบบพื้นฐานจะใช้เชือก อุปกรณ์ควบคุมเชือก สายรัดลำตัว (ATC) และสายรั้งกันตก การโรยตัวจากด้านบนของหน้าผา ผู้ไต่ผาจะควบคุมระดับการลงของตนเป็นรูปเลขแปดโดยมีสายรั้งช่วยพยุงตัว อุปกรณ์อื่นที่จำเป็นก็เช่นครีมกันแดด ยาทากันแมลง และน้ำดื่มจำนวนมาก

ในหลายแห่งจะต้องมีการเดินเขาก่อนจะถึงที่ไต่หน้าผา จึงควรแต่งกายสบายๆ และสวมรองเท้าเดินเขาที่รัดกุม นำเสื้อไปเผื่อเปลี่ยนหากเกิดฝนตก หรือให้บริษัทนำเที่ยวท้องถิ่นจัดเตรียมการเดินทางไต่หน้าผาให้










รายชื่อที่ไต่หน้าผาและยิมไต่ผาในร่มที่นิยม

ยะโฮร์
- Air Papan Beach, เมอร์ซิง
- Pulau Pemanggil, นอกชายฝั่งเมอร์ซิง
- Danga Bay Recreation Park, ยะโฮร์ บาห์รู
- Jahor Sports Complex, Larkin, ยะโฮร์ บาห์รู

เกดะห์
- Gunung Kerbau, อะลอร์ เซตาร์
- Gunung Keriang, อะลอร์ เซตาร์
- Jebatan Belia Dan Sukan (JBS Sports Complex), อะลอร์ เซตาร์

กลันตัน
- Cattle Ranch, ก้วมูซัง
- Ethnobotanic Garden (Taman Ethobotani), ก้วมูซัง

กัวลาลัมเปอร์และสลังงอร์
- Batu Caves, สลังงอร์
- Bukit Takun ที่ Templer Park, สลังงอร์
- Delta Rover, เกปง
- International Youth Centre, เชราส
- Kramat Valley, กัวลาลัมเปอร์
- Pusat Belia Dan Sukan Kampung Pandan
- Boulderwall SS3, กัวลาลัมเปอร์
- Taman Melati Fire Station, ตามันเมลาตี
- Summit Climbing Gym, สุบังจายา

เนกรีเซมบีลัน
- Gemas Rock Face, เกมาส
- Kampung Keru, ทัมปีน
- Taman Conlee, ทัมปีน
- Tebong Palm Oil Estate, ทัมปีน
- Kuala Pilah Sport Center, กัวลาปีลาห์

ปาหัง
- Teluk Cempedak Beach, กวนตัน
- Floor 28 ที่ First World Hotel, เกนติ้ง ไฮแลนด์ส รีสอร์ท
- Petronas Highway Stop, เบ็นตง
- Dragon ที่ Kampung Mukut, ปูเลา ตีโอมาน
- Genting Beach, ปูเลา ตีโอมาน
- Kg Juara, ปูเลา ตีโอมาน
- Nazri's Place Beach, ปูเลา ตีโอมาน

ปีนัง
- In front of Beach Cafe, บาตู เฟริงกี
- Jesselton Heights, ปีนัง
- Penang Hill, แอร์อีตัม
- JBS Penang (JBS Sports Complex)
- Jerejak Spa Resort ที่ Jerejak Islang, ปีนัง

เปรัก
- Gua Cheroh, อิโปห์ ที่เนินเขาหินปูนและถ้ำหลายแห่งรอบอิโปห์

เปอร์ลิส
- Gua Kelam, ปาดัง เบซาร์

ซาบาห์
- Gunung Kinabalu

ซาราวัก
- Batman Wall, กูชิง-บาอู
- Gunung Mulu / Mulu Caves, มีรี





สำรวจถ้ำ





สำรวจถ้ำ

การเข้าถ้ำหรือสำรวจถ้ำเป็นอีกกิจกรรมสนุกของมาเลเซีย ที่นี่มีถ้ำหินปูนจำนวนมากรวมถึงอุทยานมรดกโลกอีกหนึ่งแห่ง สถานที่เหล่านี้เป็นแหล่งอาศัยของพืชและสัตว์ป่า อย่างค้างคาวผลไม้ นกพร้อมกับรังที่รับประทานได้ รวมถึงหินงอกและหินย้อย

หลายแห่งแวดล้อมไปด้วยความลึกลับและตำนาน หลักฐานทางโบราณคดีพบว่าเคยมีมนุษย์มาอาศัยอยู่ตามถ้ำเหล่านี้ตั้งแต่ดึกดำบรรพ์

แม้จะมีการเดินทางเที่ยวถ้ำอย่างแพร่หลาย แต่ก็ยังมีถ้ำอีกจำนวนมากที่การสำรวจยังไม่สมบูรณ์ และยังคงเป็นการผจญภัยที่มีเสน่ห์น่าค้นหาสำหรับนักสำรวจธรรมชาติ นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปถ้ำแห่งเดียวกันซ้ำอีกภายในหนึ่งเดือนจะต้องประหลาดใจที่ได้เห็นว่าถ้ำแห่งนั้นเปลี่ยนไป เนื่องจากอากาศชื้นตามธรรมชาติของมาเลเซียมีส่วนทำให้รูปทรงของหินงอกหินย้อยเปลี่ยนแปลง

ถ้ำแต่ละแห่งมีระดับความยากง่ายในการเดินทางเข้าไปถึงต่างกันไป บางแห่งมีทางเดินที่ช่วยให้ง่ายกับการเที่ยวชม ขณะที่บางแห่งนักท่องเที่ยวต้องเดินอย่างลำบากลำบนแถมอาจต้องลงคลานตามพื้น

ถ้ำของมาเลเซีย

ในภาษามาเลเซีย คำว่าถ้ำคือ gua ถ้ำส่วนใหญ่จะเป็นหินปูนและอยู่ในระดับสูงกว่าพื้นดิน ในคาบสมุทรนั้นถ้ำที่เป็นที่รู้จักกันก็เช่น Gua Kelam ในเปอร์ลิส Gua Tempurung และ Kundu ในเปรัก ถ้ำประวัติศาสตร์ที่กระจายตัวอยู่รอบทะเลสาบ Kenyir ในตรังกานู ตลอดจนถ้ำ Gua Ikan ที่ Kuala Krai ในกลันตัน ถ้ำที่มีชื่อเสียงในซาราวักรวมทั้งที่ Niah และ Mulu อีกทั้งถ้ำเทพธิดาที่ Bau สำหรับถ้ำที่โด่งดังที่สุดของซาบาห์คือ Gua Gomantong ที่มีการเก็บรังนกด้วย










ถ้ำใต้น้ำหรือถ้ำแม่น้ำพบได้ในเขตหุบเขา Kinta มีจำนวนน้อยกว่าถ้ำท้องถิ่นทั่วไปรวมแล้วไม่ถึงสิบเปอร์เซนต์ และเป็นถ้ำที่ต้องหลีกเลี่ยงในช่วงฤดูฝน นอกจากนี้ยังมีถ้ำหินแคลเซียมและถ้ำหินทรายกระจายอยู่ทั่วประเทศ

ถ้ำที่มาเลเซียแบ่งออกเป็นสองประเภทด้วยกัน นั่นคือถ้ำสำหรับผจญภัยและถ้ำสำหรับชม ถ้ำสำหรับผจญภัยอย่างถ้ำ Drunken Forest Cave และ Legan's Cave ในเขตเขา Gunung Api ที่ซาราวัก ยังคงสภาพธรรมชาติของท้องถิ่นอยู่มาก ส่วนถ้ำสำหรับเที่ยวชมอย่าง Deer Cave, Lang Cave และ Clear Water Caveในเขตวนอุทยาน Mulu มีสิ่งอำนวยความสะดวกให้นักท่องเที่ยวทั่วไปเข้าชมได้สบายตั้งแต่แสงสว่างจนถึงทางเดินที่เด่นชัดและป้ายแสดงคำอธิบาย

สิ่งน่าสนใจในถ้ำ

ถ้ำของมาเลเซียเป็นที่อาศัยของสิ่งมีชีวิตประจำท้องถิ่นทั้งหลาย อย่างปลาดุกตาบอดในถ้ำ Loagan's และแมงมุมแทร็ปดอร์ในถ้ำ Batu

รายชื่อถ้ำในมาเลเซีย

- Gua Kelam, เปอร์ลิส
- Gua Tempurung ที่ Kampar, เปรัก
- Gua Kundu ที่ Gopeng, เปรัก
- Gua Harimau, เปรัก
- Batu Caves, สลังงอร์
- Gua Ikan ที่ Kuala Krai, กลันตัน
- Gua Taat, Gua Bewah ที่ Tasik Kenyir, ตรังกานู
- Gua Telinga, Gua Duan Menari, Gua Luas ที่ Taman Negara, ปาหัง
- Gua Gomantong ที่ Sandakan, ซาบาห์
- Fairy Cave, Wind Cave, Jambusan Cave ที่ Bua, ซาราวัก
- Great Cave, Painted Cave ที่ Niah National Park, ซาราวัก
- Sarawak Chamber, Deer Cave, Green Cave, Clear Water Cave, Moon Cave, Turtle Cave, Mulu National Park, ซาราวัก
- Gua Madai ที่ Lahad Datu, ซาบาห์



ติดต่อได้ที่

Malaysian Nature Society
JKR 641 Jalan Kelantan
Bukit Persekutuan
50480 Kuala Lumpur
Malaysia
โทร : 603 2287 9422
แฟกซ์ : 603 2287 8773
อีเมล์ : mns@mns.org.my
www.mns.org.my

Sabah Parks
Blok K, Lot 1 - 3
Tingkat 1, Sinsuran Complex
Peti Surat 10626
88806 Kota Kinabalu
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 211 881 / 212 719
แฟกซ์ : 6088 211 585
อีเมล์ : sabahparks@sabah.gov.my
www.sabahparks.org.my



Gua Gomantong ใกล้กับ Sandakan ในซาบาห์เป็นที่อยู่ของนกนางแอ่นนับพันตัวซึ่งอาศัยอยู่ในโพรงถ้ำขนาดใหญ่ทั้งสองโพรง พวกมันจะสร้างรังซึ่งเป็นอาหารอันโอชะของชาวจีน

โครงกระดูกแมวขนาดใหญ่ในฟอสซิลที่ฝังบนเพดานถ้ำ Gua Harimau ใน Kinta Valley ให้ภาพที่ดูแปลกตา นอกจากนี้ เปรักยังมีชื่อเสียงในเรื่องวัดถ้ำด้วย วัดถ้ำที่โด่งดังที่สุดคือ Perak Tong และ Sam Poh Tong ซึ่งเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปและมีภาพจิตรกรรมเกี่ยวกับศาสนาบนฝาผนังถ้ำ วัดถ้ำฮินดูในกลุ่มถ้ำที่ Batu มีแท่นบูชาสำหรับทำพิธีกรรมทางศาสนาฮินดู และเป็นสถานที่จัดเทศกาล Thaipusam ซึ่งเป็นพิธีทางศาสนาที่มีสีสันมาก

กำแพงถ้ำ Painted Cave ที่ Gua Niah ในซาราวักเต็มไปด้วยภาพวาดก่อนประวัติศาสตร์อันมีเอกลักษณ์รวมทั้งภาพเรือซึ่งแสดงให้เห็นถึงอารยธรรมของมนุษย์โบราณชาวท้องถิ่น ห้องต่างๆ ภายในถ้ำแห่งนี้มีการจัดแต่งอย่างงดงามนับร้อยรูปแบบ

กลุ่มถ้ำ Mulu ในซาราวักนับเป็นกลุ่มถ้ำมีเครือข่ายที่ใหญ่และยาวที่สุดในโลก แม้จะมีการสำรวจเส้นทางเดินของถ้ำรวมถึง 195 กิโลเมตรเรียบร้อยแล้ว แต่ตามที่กะประมาณไว้คิดว่าเป็นเพียง 30 เปอร์เซนต์ของทางเดินทั้งหมด ถ้ำน้อย Sarawak Chamber มีขนาด 600 X 415 เมตรและสูง 80 เมตร จัดว่าเป็นถ้ำน้อยที่เป็นที่รู้จักซึ่งมีขนาดใหญ่ที่สุดในโลก Deer Cave วัดเส้นผ่านศูนย์กลางได้ 120 ถึง 150 เมตร ซึ่งทำให้ได้เป็นทางเดินในถ้ำซึ่งใหญ่ที่สุดในโลก และ Clearwater Cave ซึ่งมีขนาดเส้นทางเดิน 108 กิโลเมตรเมตรก็นับว่าเป็นถ้ำที่ยาวที่สุดในเอเซีย มีค้างคาวราวสี่ล้านตัวอาศัยอยู่ตามถ้ำเหล่านี้

ไปเที่ยวถ้ำกัน

มีนักเดินถ้ำจำนวนหนึ่งที่ยินดีทำหน้าที่ไกด์นำชมถ้ำ ติดต่อพวกเขาเหล่านี้ผ่านทาง Malaysian Nature Society และที่หน่วยงานหรือชมรมนักผจญภัยได้

การเที่ยวชมถ้ำส่วนใหญ่ต้องเดินทางในเวลากลางวันแม้ว่านักท่องเที่ยวจะเลือกค้างคืนก็ตาม ไม่อนุญาตให้ตั้งแคมป์ค้างคืนภายในถ้ำ แต่สามารถเช่าที่พักที่จัดไว้ให้ในบริเวณรอบๆ เขตถ้ำ

ตามปกติแล้ว การเที่ยวชมถ้ำจะเป็นช่วงฤดูแล้งตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงตุลาคม แต่ก็อาจไปในหน้าฝนได้เป็นบางครั้ง การสำรวจถ้ำบางแห่งอาจต้องขออนุญาตก่อน ซึ่งการขออนุมัติต้องติดต่อไปที่







หน่วยงานป่าไม้ของรัฐ มีค่าใช้จ่ายประมาณ 10 RM ถึง 40 RM

ถ้ำในเขตร้อนไม่ชื้นแฉะเหมือนถ้ำในยุโรปและอเมริกา แต่จะหนาวเย็นในบางเวลาโดยเฉพาะช่วงที่มีพายุและฝนฟ้าคะนอง จึงควรพกแจ็คเก็ตบางๆ ติดตัวไปด้วย

การผจญภัยทางธรรมชาตินั้น การอนุรักษ์หินงอกหินย้อย และสิ่งมีชีวิตในถ้ำถือว่าเป็นเรื่องสำคัญที่สุด ควรหลีกเลี่ยงการใช้แฟลชถ่ายภาพในถ้ำที่มีสิ่งมีชีวิตอาศัยอยู่ เนื่องจากแสงแฟลชอาจทำให้สัตว์ในถ้ำตกใจ พึงระวังสัตว์มีพิษรอบบริเวณถ้ำอย่างงูหรือแมงป่องเอาไว้ด้วย



ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta,
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com



Sarawak Tourism Complex
Old Court House
Jalan Tun Abang Hj. Openg
93000 Kuching
Sarawak, Malaysia
โทร : 6082 410 944 / 410 942
แฟกซ์ : 6082 256 301
www.sarawaktourism.com

Sarawak Forestry Department,
Bintulu
Regional Forest Office
97000 Bintulu,
Sarawak Malaysia
โทร : 6086 331 117
แฟกซ์ : 6086 331 923

ข้อควรปฏิบัติในการเดินถ้ำ

- ควรจ้างไกด์ที่เชื่อถือได้ซึ่งติดต่อได้จากวนอุทยานแห่งชาติหรือชมรมเดินถ้ำ ถ้ำหลายแห่งในมาเลเซียไม่มีแผนที่ แม้จะเป็นนักเดินถ้ำที่มีประสบการณ์ก็ไม่ควรไปตามลำพัง ควรเดินทางเป็นกลุ่มสี่คนจะเหมาะที่สุด
- แม้บริษัทท่องเที่ยวบางแห่งจะนำเสนอการดำน้ำเข้าถ้ำ แต่กิจกรรมชนิดนี้จัดเป็นกีฬาพิเศษซึ่งเหมาะกับนักดำน้ำมืออาชีพและนักเดินถ้ำเท่านั้น
- ควรตรวจสอบอุปกรณ์ก่อนเข้าผจญภัยในถ้ำโดยเฉพาะเมื่อมีการใช้เชือกโรยตัวจากข้างบน
- นักเดินถ้ำที่มีประสบการณ์อยู่ในถ้ำได้นานที่สุดไม่เกินแปดชั่วโมง แต่ถ้ำส่วนใหญ่เอื้อให้สำรวจได้ไม่ถึงสามชั่วโมง
- วางแผนให้ดีว่าต้องใช้แสงสว่างเท่าไหร่ คาร์ไบด์ขนาดหนึ่งกิโลกรัมสามารถให้แสงสว่างได้ประมาณหกถึงสิบชั่วโมง
- นักเดินถ้ำควรพกไฟฉายติดไว้ในกระเป๋าพร้อมถ่านไฟฉายสำรองเสมอ
- ผู้ป่วยโรคหัวใจหรือคนที่เป็นโรคกลัวที่แคบน่าจะไปได้แค่ถ้ำสำหรับชมซึ่งมีไกด์นำชมกลุ่มละ 20 ถึง 40 คน นักเดินถ้ำควรปลอดจากอาการแพ้หินปูนหรือมูลค้างคาว





ล่องแก่ง





ล่องแก่ง

แม่น้ำเป็นเหมือนเส้นเลือดใหญ่หล่อเลี้ยงชาวท้องถิ่นมาเลเซียมาเนิ่นนาน มีหน้าที่ตั้งแต่เป็นเส้นทางคมนาคม เป็นแหล่งอาหาร จนถึงเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ในวันนี้

ชาวพื้นเมืองดั้งเดิมของมาเลเซียเคยใช้แพเป็นยานพาหนะมานับพันปี แต่กิจกรรมแพล่องแม่น้ำหรือล่องแก่งเพิ่งเป็นที่นิยมในช่วงยุค 1980 นี้เอง

สถานที่ล่องแก่ง

ซาบาห์มีแม่น้ำสำหรับล่องแก่งอยู่สองสายด้วยกัน นั่นคือแม่น้ำ Padas และ Kiulu ซึ่งจัดอยู่ในระดับเกรด 3 และเกรด 2 หากวัดตามระบบการจัดอันดับล่องแก่งของสากล หากเป็นช่วงเวลาที่สภาพอากาศปกติ แม่น้ำทั้งสองจะมีความลึกและความเชี่ยวคงที่ แต่ถ้ามีฝนตกหนักแล้วล่ะก็ระดับของแม่น้ำจะเพิ่มขึ้นไปถึงเกรด 4 ซึ่งอาจจะต้องงดกิจกรรมผจญภัยเป็นการชั่วคราว

คาบสมุทรมาเลเซียมีสถานที่เล่นล่องแก่งอยู่ทั่วประเทศ ในที่นี้หมายรวมถึงแม่น้ำ Sungai Sungkai ในเปรักที่จัดอยู่ในระดับเกรด 2 และแม่น้ำ Sungai Selangor ใน Kuala Kubu Baru ซึ่งมีต้นน้ำอยู่บนเขา Fraser's Hill ที่เป็นระดับเกรด 3 แม่น้ำ Sungai Endau, Jeram Besu และ Sungai Lipis ในปาหัง รวมทั้ง Sungai Tembeling ใน Taman Negara ก็เป็นสถานที่ล่องแก่งยอดนิยมด้วยเช่นกัน

ด้วยความที่เป็นกีฬาผจญภัยกลางแจ้งที่เป็นที่นิยมอยู่ในขณะนี้ ทำให้มีบริษัทนำเที่ยวอยู่ในทุกที่ที่นิยมซึ่งจะมีอุปกรณ์ที่จำเป็นเตรียมให้พร้อมสรรพ

ในซาบาห์ ผู้จัดล่องแก่งจะวางเส้นทางล่องจาก Kota Kinabalu ถึง Padas Gorge ไปตามสายน้ำ Padas ถ้าอยากได้อารมณ์แบบย้อนยุคก็ต้องนั่งรถไฟจากสถานี Pangi ที่ซึ่งรถไฟโบราณจะพาคุณแล่นผ่านทิวทัศน์ที่มีกลิ่นอายแห่งการผจญภัยในเส้นทาง Padas Gorge จากนั้นก็ไปขึ้นเครื่องเล่นที่มีความเร็วสูงชวนหวาดเสียวที่มีชื่อเรียกอย่าง Headhunter, Adrenaline Flow และ Merry-Go-Round







แม่น้ำ Kiulu อยู่ใกล้กับ Kota Kinabalu มากกว่าก็จริง แต่ไม่เสียวไส้เท่าที่ควร นักล่องแก่งที่ผ่านการล่องแม่น้ำ Padas ได้สำเร็จจะได้รับประกาศนียบัตรหลังจากการผจญภัยเสร็จสิ้น

ที่ล่องแก่งในคาบสมุทรมาเลเซียนั้นเดินทางไปได้ด้วยรถยนต์หรือรถโดยสาร ถ้าจะไปแม่น้ำสลังงอร์ต้องไปที่เมือง Kuala Kubu Bharu ซึ่งอยู่ห่างจากกัวลาลัมเปอร์ประมาณ 90 กิโลเมตร กาล่องแก่งแบบเที่ยวเดียวในแม่น้ำสลังงอร์จะใช้เวลาราวครึ่งวัน

แม่น้ำ Telom ใน Cameron Highlands และแม่น้ำ Tembeling ใน Taman Negara ที่ปาหัง ใช้เวลาเดินทางราวๆ สี่ชั่วโมงจากกัวลาลัมเปอร์ ถ้าเป็นแม่น้ำระดับเกรด 5 อย่างแม่น้ำ Telom ในปาหังต้องใช้เวลามากกว่าปกติเพราะมีความท้าทายสูงเกินธรรมดา

เตรียมตัวล่องแก่ง

ช่วงเวลาที่ดีที่สุดในการล่องแก่งคือหลังฝนตก เพราะระดับน้ำจะสูงขึ้นและไหลเชี่ยวมากพอ แต่ฤดูแล้งนั้นเหมาะสำหรับนักล่องแก่งมือใหม่ให้ค่อยๆ ทำความคุ้นเคยกับกีฬาชนิดนี้โดยไม่ต้องต่อสู้กับกระแสน้ำ ในฤดูแล้งมักใช้แพลำเล็กกว่าปกติที่ซาบาห์ มีเพียงแม่น้ำ Padas ที่จะให้เล่นได้ในช่วงฤดูแล้งเพราะระดับแม่น้ำ Kiulu นั้นต่ำเกินกว่าจะล่องแก่งได้



การเล่นล่องแก่งมักใช้เวลาระหว่าง 45 นาทีถึงสองชั่วโมงขึ้นอยู่กับระดับน้ำ

บริษัทนำเที่ยวต้องแน่ใจว่าแต่ละกลุ่มนั้นมีนักล่องแก่งมืออาชีพที่เคยได้รับประกาศนียบัตรไม่น้อยกว่าสองคนร่วมอยู่ในกลุ่มด้วย และต้องมีคนที่ยึดแพให้มั่นคงอย่างต่ำสามคน



ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com



ข้อควรรู้สำหรับการฝึกล่องแก่ง

ก่อนการล่องแก่งทุกครั้งผู้ร่วมทางทุกคนต้องฟังคำแนะนำเรื่องความปลอดภัย และต้องชมการสาธิตการจับไม้พายทั้งวิธีการพายถอยหลังและไปหน้าแบบพื้นฐาน รวมถึงข้อพึงระวังเรื่องความปลอดภัย

ไม้พาย เสื้อชูชีพ หมวกกันน็อค เชือกช่วยชีวิต กล่องปฐมพยาบาล และถุงยังชีพ บริษัทนำเที่ยวจะเป็นผู้จัดเตรียมให้ทั้งหมด นักล่องแก่งเตรียมตัวไปแค่เสื้อผ้าที่สวมสบายซึ่งไม่รั้งลำตัวเวลาเคลื่อนไหว

ตรวจสอบหมวกกันน็อคและเสื้อชูชีพว่าสวมพอดี ไม่แน่นหรือหลวมเกินไป ถ้าช่วงการพลิกตัวของคุณอยู่ใกล้กับฝั่งแม่น้ำ อย่าใช้ไม้พายเด็ดขาด เพราะไม้จะฟาดคนอื่นได้

เพิ่มเติม

- นำเสื้อไปเปลี่ยนด้วย เอาเสื้อแจ็คเก็ตที่จะสวมเพื่ออบอุ่นร่างกายไปเผื่อก็จะยิ่งดี
- ใส่รองเท้าดำน้ำหรือรองเท้าที่กระชับและปลอดภัย
- ขณะล่องแก่งไม่ควรสวมเครื่องประดับเพราะอาจทำให้เกิดอันตรายได้
- คนที่ใส่แว่นควรใช้สายรัดยางยืดสำหรับเล่นกีฬายึดแว่นไว้
- คนที่ใส่คอนแท็คเลนส์ควรใส่แว่นแทนจะดีกว่า จะได้ลดความเสี่ยงจากอันตรายที่อาจเกิดจากคอนแท็คเลนส์





ท่องแม่น้ำ





ท่องแม่น้ำ

สำหรับคนรักธรรมชาติที่อยากจะสัมผัสประสบการณ์การผจญภัยในป่าที่นอกเหนือไปจากการเดินป่า การท่องแม่น้ำนับว่าเป็นทางเลือกที่สมบูรณ์แบบอย่างหนึ่ง ในมาเลเซียนั้นมีแม่น้ำและป่าโกงกางหลายแห่งที่เอื้อต่อการชมสัตว์จากแม่น้ำ ริมฝั่งแม่น้ำและป่าโกงกางจะเป็นที่อยู่อาศัยของพืชและสัตว์ป่าพื้นเมืองจำนวนมาก อีกทั้งธรรมชาติของสัตว์ส่วนมากจะไปยังริมฝั่งน้ำเพื่อดื่มน้ำและคลายร้อน

การท่องแม่น้ำช่วยให้ได้หลีกลี้ไปสู่อีกโลกหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นการเดินทางสำรวจอย่างจริงจังหรือเพียงแค่ท่องเที่ยวธรรมชาติก็ตามที การไหลระเรื่อยไปตามเบื้องใต้ต้นไม้ใหญ่จะได้ยินเสียงสรรพสัตว์ เสียงนกร้อง อีกทั้งได้มองหาสิ่งมีชีวิตบนผืนดิน อาจได้ผลพลอยได้จากทัศนียภาพของเนินเขาหรือภูเขาหินปูนในเส้นทาง และสิ้นสุดการเดินทางที่ปลายแม่น้ำด้วยการรับประทานอาหารท่ามกลางธรรมชาติอันงดงาม

การท่องแม่น้ำชมชีวิตสัตว์ทั่วมาเลเซีย

ในมาเลเซีย มีแม่น้ำที่เดินเรือได้อยู่ทั่วทุกภาค และมีบึงป่าโกงกางหลายแห่งเรียงรายอยู่ตามชายฝั่ง แม่น้ำที่สงบเงียบเหมาะกับการสำรวจชีวิตสัตว์ป่า เพราะนักท่องเที่ยวมีเวลามากพอที่จะมองหาสัตว์ได้ด้วยกล้องส่องทางไกลหรือกล้องถ่ายรูป สามารถล่องเรือได้ทั้งในยามเช้า บ่าย หรือค่ำ ขึ้นอยู่กับว่ามุ่งเน้นจะชมสัตว์ชนิดไหน

Sungai หมายถึงแม่น้ำในภาษามาเลเซีย แม่น้ำที่นิยมล่องเรือคือ Sungai Kilim บนเกาะลังกาวี ที่นั่นมีทั้งปูต้นไม้ อิกัวน่า และลิงแก้มใหญ่อยู่ตามต้นโกงกางให้มองเห็นได้ จุดเด่นที่ชวนให้ตื่นเต้นหวาดเสียวคือนกอินทรีที่จะโฉบลงมากินอาหารซึ่งถูกโยนลงยังแม่น้ำ เพียงสองชั่วโมงจากกัวลาลัมเปอร์จะพบแม่น้ำ Sungai Selangor ซึ่งมีชื่อเสียงในเรื่องความงดงามของคบไฟที่จุดไว้








ตามแนวชายฝั่งมองเหมือนแสงไฟงานเทศกาล เส้นทางล่องเรือที่มีคบไฟริมฝั่งคล้ายกันนี้พบได้ในเขต Santubong ที่ซาราวัก และ Kampung Ibok ในตรังกานู

ในซาราวักมีกิจกรรมล่องเรือในแม่น้ำหรือริมชายฝั่งที่นอก Kuching ซึ่งจะได้เห็นจระเข้ตามริมฝั่งน้ำ หรือถ้าไกลออกไปอีกหน่อยอาจได้เห็นปลาโลมา ที่บอร์เนียวซึ่งมีทั้งป่าดงดิบและป่าโปร่งเป็นแหล่งอาศัยของสัตว์ป่าหลากชนิด การล่องเรือที่ Kinabatangan ในซาบาห์ซึ่งเป็นหนึ่งในแม่น้ำสายยาวที่สุดในบอร์เนียวเป็นโอกาสที่ดีที่สุดที่จะได้ชมพันธุ์ไม้ของบอร์เนียว สิ่งที่น่าสนใจอีกอย่างหนึ่งคือการได้เห็นฝูงลิงค่างบ่างชะนี สถานที่นี้เป็นหนึ่งในสองแห่งของเอเชียที่มีสัตว์ตระกูลลิงนับสิบชนิด รวมถึงพันธุ์ท้องถิ่นของบอร์เนียวอย่างลิงจมูกยาว ลิงหางยาวสีแดง และชะนีบอร์เนียว

พื้นที่หมู่บ้านแม่น้ำ Sukau ตั้งอยู่ในเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่า Kinabatangan ซึ่งเป็นป่าสงวนที่สำคัญในซาบาห์







ด้วยสถานะที่เป็นเขตชุ่มชื้นในซาบาห์ Kinabatangan นับว่าเป็นพื้นที่อนุรักษ์พันธุ์สัตว์อย่างลิงอุรังอุตัง ช้างบอร์เนียว และสัตว์เขตชุ่มชื้นชนิดอื่นรวมถึงนกกระสาพายุและแมวป่าหัวแบน

ข้อควรรู้ในการท่องแม่น้ำ

เรือล่องแม่น้ำบางลำมีหลังคาผ้าใบแต่บางลำก็ไม่มีเพราะต้องการให้เห็นวิวได้เต็มตา โดยเฉพาะถ้าเป็นเรือท้องถิ่นที่เช่าเอง ให้นำครีมกันแดดหรือหมวกปีกกว้างไปด้วยเพื่อป้องกันแสงแดดในระหว่างนั่งเรือทั้งขาไปและขากลับหรือถ้าหากมีเงาต้นไม้น้อย กล้องส่องทางไกลแบบพกพาหรือกล้องถ่ายรูปที่ซูมได้จะช่วยให้เห็นภาพสัตว์ได้ชัดเจน ถ้าเป็นทัวร์ยามเย็นหรือยามค่ำควรทางสเปรย์กันแมลงไปด้วย

การล่องเรือในอ่าวหรือฝั่งทะเลนั้นต้องดูกระแสน้ำด้วย ยกตัวอย่างเช่น จะเห็นจระเข้ได้ง่ายกว่าถ้าเป็นช่วงกระแสน้ำลงซึ่งดินชายฝั่งจะโผล่ขึ้นมา ตรวจสอบเวลาออกเดินทางที่แน่นอนกับบริษัทท่องเที่ยวเพื่อให้ตรงกับความต้องการในการล่องเรือ

การส่องสัตว์ป่าต้องอาศัยความอดทน สายตาแหลมคม สามัญสำนึก เวลาที่เหมาะสม และโชค ทั้งลิง จระเข้ ปลาโลมา หิ่งห้อย และสัตว์อื่นๆ ต่างก็เป็นสัตว์ป่า จึงไม่อาจคาดเดาได้ล่วงหน้าว่าจะเห็นสัตว์ชนิดใดหรือไม่ การจ้างไกด์ที่มีความรู้จะเพิ่มโอกาสที่จะได้เห็นสิ่งที่ตาซึ่งฝึกฝนมาน้อยอาจพลาด เพราะสัตว์เขตร้อนถือเป็นสุดยอดในเรื่องอำพรางตัว

และสุดท้าย การท่องแม่น้ำไม่ค่อยทำกันในช่วงเที่ยงเพราะแดดร้อนเกินไปสำหรับทั้งคนและสัตว์





เดินทางด้วยรถโฟร์วีล





ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta,
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com

Borneo Safari
Kinabalu Four Wheel
Drive Club
P.O.Box 171,
88856 Likas,
Sabah, Malaysia



เดินทางด้วยรถโฟร์วีล

เส้นทางเดินรถที่ขรุขระเป็นลูกคลื่น ขนาบด้วยผืนป่าดงดิบที่มีแม่น้ำไหลเชี่ยวตัดผ่าน ทำให้มาเลเซียกลายเป็นจุดหมายสำหรับการขับรถโฟร์วีลหรือการเดินทางท่องเที่ยวด้วยรถโฟร์วีล ทั้งความร้อน ดินโคลน เนินเขาสูงๆต่ำๆ และพายุฝน ช่วยเติมความท้าทายให้กับการขับออฟโรดนั้นทรหดแต่ทว่ามีชีวิตชีวา

ด้วยความที่พื้นที่กว่าครึ่งค่อนประเทศปกคลุมด้วยผืนป่า ภูมิทัศน์ทางธรรมชาติของมาเลเซียจึงเอื้อให้ทั้งคนและเครื่องยนต์ได้ทดสอบทักษะและความอดทน ซึ่งของแถมอันแสนหวานก็คือได้ชมทิวทัศน์อันงามสงบ หรือได้หยุดแวะชมพืชและสัตว์ป่ารวมทั้งชมน้ำตกแสนสวยที่ชวนให้ชุ่มฉ่ำใจคลายความเหนื่อยล้าจากการตะบึงรถ

มีการจัดกิจกรรมการขับรถโฟร์วีลหรือออฟโรดระดับนานาชาติที่มาเลเซียเป็นประจำทุกปีในช่วงเดือนตุลาคมถึงพฤศจิกายน ในจำนวนนั้นคือ Borneo Safari, National Challenge และ Rainforest International Challenge of Malaysia

นักเดินทางผจญภัยมือใหม่หรือนักท่องเที่ยวธรรมดาสามัญจะไม่ถูกตัดออกจากกิจกรรมเวิลด์คลาสทั่วไปเหมือนอย่างกิจกรรม Camel Trophy หรือ Rainforest Challenge ที่จัดตอนสิ้นปี เพราะกิจกรรมขับรถโฟร์วีลระดับโลกทั้งสองประเภทนี้เป็นกิจกรรมการแข่งขันซึ่งไม่มีสิ่งน่าสนใจใดๆ ให้หยุดดู มือสมัครเล่นที่ได้ลองขับออฟโรดจะมีช่วงเวลาสนุกตื่นเต้นกับการได้สำรวจสถานที่ต่างๆ ตามรายทางโดยเฉพาะอย่างยิ่งสิ่งแวดล้อมที่ดึงดูดใจของมาเลเซีย

เส้นทางผจญภัยในมาเลเซีย

ชายฝั่งตะวันออกของคาบสมุทรมาเลเซียนำเสนอเส้นทางที่ดีที่สุดสำหรับผู้สนใจในออฟโรด ทั้งผืนป่ารอบ Gua Musang ในกลันตัน Tasik Kenyir, Sungai Loh และ Sungai Kelamin ในตรังกานู Endau Rompin ในยะโฮร์ Tasik Chini และ Cameron Highlands ในปาหัง ล้วนแล้วแต่เป็นเส้นทางที่เหมาะกับกีฬาผจญภัยทั้งสิ้น

ที่อยู่ใกล้กับกัวลาลัมเปอร์เข้ามาหน่อยอย่าง Pertak ใน Kuala Kubu Bharu ที่สลังงอร์นั้นใช้เวลาขับรถจากเมืองหลวงเพียงสองชั่วโมงเท่านั้น เส้นทางนี้เรียงรายไปด้วยแผงขายต้นไม้และผลไม้สดตลอดสองข้างทาง ลงไปทางใต้ของกัวลาลัมเปอร์ในบริเวณรอบ Kuala Klawang ที่เนกรีเซมบิลันมีน้ำตกอยู่หลายแห่งอย่าง Lata Kijang รวมทั้งหมู่บ้านชนเผ่าพื้นเมืองให้ไปเที่ยวชม

ปาหังกับตรังกานูก็เป็นอีกจุดหมายของการเดินทางด้วยรถโฟร์วีล บริเวณเหมือง Sungai Lembing ในปาหังเป็นทั้งสถานที่ทดสอบและท้าทาย สำหรับคนชอบตกปลาอย่าลืมพก





เบ็ดไปเผื่อตกปลาด้วย ในเขตอุทยานแห่งชาติ Endau Rompin ในยะโฮร์เป็นเส้นทางที่วิบากยิ่งไปกว่า การจัดกลุ่มเดินทางอย่างเหมาะสมเป็นเรื่องจำเป็นมาก เพราะการเดินทางเดี่ยวๆ อาจประสบเหตุอันตรายได้

ไกลออกไปในเขตชนบททางตะวันออกของมาเลเซีย บริเวณอุทยานแห่งชาติ Kinabalu ในซาบาห์ และ Bintulu ในซาราวักเหมาะกับออฟโรดด้วยเช่นกัน

ขณะที่เส้นทางพื้นที่ป่าอาจมีความวิบากอยู่ในตัว แต่เส้นทางส่วนใหญ่ก็อยู่ไม่ไกลกับเมืองเล็กๆ ที่สามารถหาเสบียงและเติมน้ำมันได้

ฤดูออฟโรด

ออฟโรดเป็นกิจกรรมที่ทำได้ตลอดปี แต่ก็ขึ้นอยู่กับระดับความชำนาญของผู้ร่วมทางซึ่งในบางเดือนอาจจะดีกว่าเดือนอื่นๆ ช่วงฤดูแล้งตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงตุลาคมนั้นผิวทางเดินรถจะแน่นกว่าและเป็นโคลนน้อยกว่าฤดูอื่นขณะที่เส้นทางเดินทางอาจแย่หน่อยถ้าฝนตก หากมีพายุ ดินถล่ม และน้ำท่วมก็อาจทำให้เส้นทางเปลี่ยนไปจนผ่านไม่ได้หรือเข้าไปไม่ได้

สำหรับชายฝั่งตะวันออกนั้นจำไว้เลยว่าเดือนธันวาคมถึงกุมภาพันธ์เป็นฤดูมรสุม

มีบริษัทนำเที่ยวผจญภัยของท้องถิ่นที่นำเสนอการเดินทางด้วยรถโฟร์วีลด้วยกันหลายแห่ง ซึ่งต่างก็ออกแบบการเดินทางให้เหมาะกับประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวและเวลาที่จำกัด คนขับ อาหาร และอุปกรณ์แคมปิ้งจะรวมอยู่ในแพ็คเกจ ส่วนมากสถานที่ตั้งแคมป์จะอยู่ใกล้กับน้ำตกหรือแม่น้ำซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่ดีสำหรับการอาบน้ำหรือว่ายน้ำ

แม้ว่านักท่องเที่ยวจะสามารถเช่ารถโฟร์วีลเอง แต่เป็นเรื่องที่ไม่ค่อยเหมาะควรนักที่จะเดินทางผ่านพื้นที่ป่าโดยไม่มีไกด์และเพื่อนร่วมทางสมทบไป











ด้วย เพราะเส้นทางส่วนใหญ่จะขับยากถ้าไม่ชินทาง บริษัทนำเที่ยวบางแห่งมีคอร์สฝึกอบรมการขับรถโฟร์วีล พร้อมประกาศนียบัตรเมื่อเรียนจบคอร์ส

เนื่องจากถนนที่ขรุขระและท้าทายอาจทำให้คนที่เดินทางคนเดียวหรือเป็นกลุ่มต้องเจอกับรถเสียหรือติดหล่ม เพื่อนร่วมทางสมทบจะช่วยคลายทุกข์ได้ทั้งกายและใจ

แม้ว่าเส้นทางที่เดินทางง่ายจะถูกเลือกสรรสำหรับคนที่มาเป็นครอบครัว การเดินทางเป็นหมู่คณะ หรือการเดินทางของเพื่อฝึกฝนการเป็นผู้นำของกลุ่มเยาวชน แต่การเดินทางในการแข่งขันกีฬาผจญภัย ทั้งบริษัทนำเที่ยวและนักผจญภัยเองก็ต้องระมัดระวังอย่างมากไม่ให้ทำร้ายสิ่งแวดล้อม

ข้อควรปฏิบัติสำหรับนักผจญภัยด้วยรถโฟร์วีล

- สวมเสื้อผ้าใยธรรมชาติที่เนื้อบางเบาสบายตัว
- ช่วงเวลากลางคืนในผืนป่าอากาศจะเย็นลง ควรนำเสื้อแจ็คเก็ตกันน้ำไปด้วยเพื่อให้ร่างกายอบอุ่นพร้อมช่วยกันฝน
- ควรสวมรองเท้าที่แข็งแรงโดยเฉพาะถ้าเข้าร่วมการแข่งขัน พกรองเท้าสานหรือรองเท้ากีฬาไปเผื่อสำหรับสวมเวลาที่พักในแคมป์เพื่อให้เท้าได้หายใจและผ่อนคลาย
- ถุงเท้าก็เป็นของจำเป็นที่จะช่วยให้เท้าแห้งและไม่ระบม รวมทั้งถุงมืออย่างหนาก็มีประโยชน์เช่นกัน
- สำหรับการเดินทางค้างคืนให้นำถุงนอนและเต้นท์ไปด้วย
- ตรวจสอบรถก่อนออกเดินทางทุกครั้ง โดยเฉพาะต้องใส่ใจตรวจสภาพยางเป็นพิเศษ เพราะยางอาจรั่วได้หลังจากผ่านทางขรุขระมา
- นำกล่องปฐมพยาบาลซึ่งต้องมีผ้าพันแผลแบบยางยืด ชุดเครื่องมือผ่าตัด ยาปฏิชีวนะ ครีมบรรเทาอาการพุพอง ยาหยอดตา กรรไกร และ แหนบ ไปให้พร้อม





ปั่นเสือภูเขา



ปั่นเสือภูเขา

การใช้ความเร็วกับเครื่องจักรกลด้วยลำพังพลังมนุษย์ในเส้นทางยากลำบากท่ามกลางแวดล้อมของธรรมชาติพิสุทธิ์ที่ก่อให้เกิดความเบิกบานใจ สำเร็จได้ด้วยฝีมือจักรยานเสือภูเขาเท่านั้น ด้วยผืนป่าจำนวนนับไม่ถ้วนและทางถนนในชนบททั่วทั้งประเทศทำให้มาเลเซียเป็นดังสวรรค์ของนักปั่นโดยแท้

การปั่นเสือภูเขาเป็นหนึ่งในกีฬาซึ่งเป็นที่นิยมในมาเลเซียมาเนิ่นนาน เนื่องเพราะเส้นทางและเรื่องราวที่มีตำนานของดินแดนแห่งนี้ มีเรื่องเล่าว่าเมื่อครั้งที่มีการนำจักรยานเข้ามาในประเทศ บรรดาชาวท้องถิ่นที่นำมันมาใช้จึงได้ชื่อว่าเป็นนักปั่นเสือภูเขาคนแรกๆ ที่ได้ท่องไปตามเส้นทางสุดท้าทายไปและกลับยังที่อยู่อันห่างไกลของพวกเขา ในวันนี้ ความท้าทายยังคงรออยู่ที่นั่นเช่นเดิมในฐานะหนึ่งในการผจญภัยและการค้นหา



ที่ปั่นเสือภูเขาในมาเลเซีย

มาเลเซียมีทั้งเส้นทางที่เป็นถนนและทางนอกถนน

มีเส้นทางถนนที่เป็นมิตรกับนักปั่นอยู่มากมายทั่วมาเลเซีย ที่ซึ่งถนนในชนบทไม่คับคั่งทั้งยังแวดล้อมด้วยทิวทัศน์อันงดงาม รอบๆ กัวลาลัมเปอร์ เส้นทางสำหรับขี่จักรยานมีที่ถนน Gombak สายเก่า ถนน Ulu Yam ที่เป็นทางสายในมุ่งสู่ภาคใต้ ถนน Ulu Langat ทางสายในที่มุ่งสู่ Cheras หรือ Ampang ไกลออกไปจากกรุงกัวลาลัมเปอร์มีถนนที่แล่นผ่านเนินเขาสูงๆต่ำๆ อยู่รอบ Seri Menanti และ Kuala Pilah ในเนกรีเซมบีลัน เช่นเดียวกับเส้นทางจำนวนมากแถบชายฝั่งตะวันออกอย่าง Sungai Lembing ซึ่งไปถึงได้จากเมือง Kuantan





ในซาบาห์และซาราวัก เขตถนนในชนบทส่วนใหญ่มีธรรมชาติที่สวยงามและยังสะอาดบริสุทธิ์อยู่มาก เอื้อให้เป็นเส้นทางการปั่นจักรยานผจญภัยในอุดมคติที่แท้จริง

แต่สำหรับนักปั่นที่ชอบลุย มีเส้นทางนอกถนนที่ท้าทายอยู่จำนวนหนึ่ง ในเขตกัวลาลัมเปอร์ เส้นทางตามตำนานของเมืองคือ Bukit Kiara ทางเดินป่าซึ่งเข้าไปได้ง่ายและอาจมีโอกาสที่จะพบเพื่อนนักปั่นด้วยกัน รอบกัวลาลัมเปอร์มีเส้นทางในเขตป่าสงวนซึ่งมีอ่างเก็บน้ำด้วย นั่นคือ Batu Dam, Kampung Pusu และ Hulu Gombak



ไกลออกไปในท้องทุ่ง มีสถานที่หนึ่งซึ่งเป็นที่นิยมชื่อว่า Sungai Dua อยู่ในป่าหัง ใกล้กับ Karak มีเส้นทางวิบากยาว 40 กิโลเมตรที่สามารถไปถึงป่าสงวน Lentang ได้ เช่นเดียวกับเส้นทางอีกหลายแห่งในมาเลเซีย เส้นทางนี้นำทางไปสู่แม่น้ำสายงามหรือน้ำตก อย่าง Kerau น้ำตกอันงดงามสูง 30 เมตรที่อยู่สุดปลายทาง สถานที่เช่นนี้มีลักษณะพื้นที่แบบป่าฝนเป็นส่วนใหญ่ทำให้มีสายน้ำจำนวนมากไหลผ่าน

อุทยานป่าสงวนในมาเลเซียหลายแห่งก็มีเส้นทางนอกถนนที่ให้ปั่นจักรยานได้ สอบถามได้ที่หน่วยงานท้องถิ่น









ข้อควรรู้สำหรับการปั่นเสือภูเขา

- ตรวจสอบเส้นทางและสภาพแวดล้อมให้ดี แน่ใจด้วยว่าคุณมีเวลามากพอที่จะเดินทางถึงจุดหมายก่อนค่ำ อย่าออกนอกเส้นทางเป็นอันขาด ใช้เข็มทิศให้เป็นประโยชน์ถ้าบังเอิญหลุดออกนอกเส้นทาง
- ตัดสินใจให้ดีว่าเส้นทางที่จะไปเหมาะกับระดับความแข็งแรงของร่างกายหรือไม่ ควรรู้ข้อจำกัดของร่างกายตัวเองด้วย
- ต้องแจ้งให้คนอื่นทราบแผนและจุดหมายของคุณในวันนั้นๆ เสมอ โดยเฉพาะถ้าเดินทางคนเดียว
- นำน้ำดื่มและของขบเคี้ยวไปให้เพียงพอเพื่อเป็นเสบียงไว้เพิ่มพลัง ถ้าไม่ได้ปั่นจักรยานกับผู้ร่วมทางที่มีความรู้ก็ไม่ควรรับประทานผลไม้ป่าหรือดื่มน้ำจากแหล่งใดๆ
- เตรียมอุปกรณ์กันฝนไปด้วยเผื่อฝนตก
- ตรวจสอบสภาพจักรยานก่อนออกเดินทางเสมอ โดยเฉพาะต้องดูสภาพยางล้อซึ่งจะเสียหายได้ง่ายถ้าวิ่งบนทางที่ขรุขระ
- หากต้องการตั้งแคมป์ค้างคืนระหว่างการเดินทาง ให้ศึกษาข้อควรรู้เกี่ยวกับการตั้งแคมป์ในคู่มือเดินป่า

ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com



ดูนก



ดูนก

มาเลเซียมีลักษณะของภูมิทัศน์ที่หลากหลาย ตั้งแต่ป่าต้นโกงกางที่เป็นดินเลนจนถึงเทือกเขาที่ปกคลุมด้วยสายหมอก จึงอุดมไปด้วยนกท้องถิ่นหลากสายพันธุ์อาศัยอยู่ และด้วยความที่ตั้งอยู่ในเส้นทางอพยพผ่านออสเตรเลเซียนทำให้มีนกกว่า 120 ชนิดอพยพมาพักพิงในบางฤดูกาล คาบสมุทรแห่งนี้จึงมีนกรวมกันมากกว่า 600 สายพันธุ์และอีกประมาณ 580 ชนิดอยู่ในบอร์เนียว นั่นทำให้มาเลเซียกลายเป็นแหล่งดูนกแห่งหนึ่ง

เนื่องด้วยพื้นที่กว่าครึ่งประเทศเป็นป่าฝนหรือไม่ก็พื้นที่เพาะปลูก สิ่งแวดล้อมที่มีความหลากหลายนี้ทำให้ในหลายพื้นที่ต่างก็มีนกอยู่จำนวนมาก สถานที่ดูนกหลายแห่งและแหล่งธรรมชาติทั่วประเทศมักเข้าไปได้ง่าย จึงไม่น่าแปลกใจเลยว่าทำไมคนชอบนกถึงชอบไปมาเลเซีย

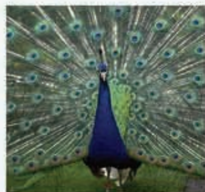
บ้านของนก

นกหลายชนิดพบได้ทั่วไปในคาบสมุทรมาเลเซีย ซาบาห์ และซาราวัก แต่บางสายพันธุ์ที่เป็นพันธุ์ท้องถิ่นจะมีอยู่เฉพาะท้องที่ อย่างเช่นนกร้องเพลง Malayan Whistling Thrush ซึ่งจะมีอยู่แต่ในเขตคาบสมุทร บนเกาะบอร์เนียวก็มีพันธุ์ท้องถิ่นอยู่กว่า 30 ชนิด รวมถึงนก Borneo Blue Flycatcher และนก Yellow-rumped Flowerpecker ที่พบเฉพาะในซาบาห์

ป่าฝนในมาเลเซียแบ่งตามลักษณะเฉพาะที่เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ได้สามประเภท นั่นคือ ป่าโกงกางชายเลน ป่าฝนที่ราบต่ำ และ ป่าเขา

ระบบนิเวศน์ของบึงป่าโกงกางประกอบด้วยเกลือแ










ละน้ำจืดที่มาเจอกันตรงบริเวณตะเข็บแนวชายฝั่ง เป็นที่อาศัยของนกหลายชนิดอย่างนกกินปลาธรรมดา ป่าฝนที่ราบต่ำ รวมถึงหนองน้ำจืด ถ้ำนหินเลน และป่าดิบเขายังคงสภาพแหล่งที่อาศัยของนกกว่า 200 ชนิดไว้ได้อย่างดี โดยเฉพาะนกกระสาสตอร์มส์ และนกพิราบกรีนอิมพีเรียลที่มีมากเป็นพิเศษ

ป่าเขาโดยทั่วไปจะอยู่ในระดับความสูงประมาณ 900 เมตร ในบริเวณระดับความสูงเช่นนี้จะมีนกจำพวกไก่ฟ้าและนกยูงภูเขารวมทั้งนกแบล็กอายภูเขาที่เจริญเติบโตอยู่ในสภาพอากาศเย็นชื้นและล้อมรอบไปด้วยต้นไม้แคระ

ขณะที่สภาพแวดล้อมแต่ละแห่งนั้นต่างก็เอื้อต่อการจดจ่อดูนกที่วิเศษสุด มาเลเซียยังมีสถานที่อีกหลายแห่งในเขตระบบนิเวศน์ที่ต่างกันให้ได้ดูนกหลากชนิดด้วย

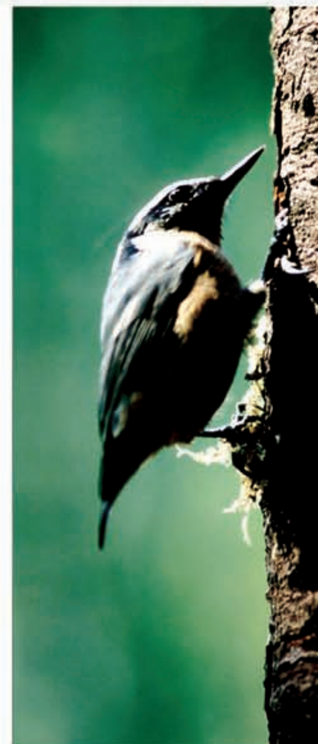
ที่ดูนกยอดนิยม

ด้วยธรรมชาติและสภาพแวดล้อมที่ค้นพบเพิ่มมากขึ้น ทำให้พบสถานที่สำหรับดูนกเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ตามไปด้วย อีกทั้งยังมีเขตอนุรักษ์นกอยู่ทั่วประเทศ

สำหรับนักดูนกตัวจริง มองหาจุดหมายที่ถูกใจได้ทั่วไปทั้งในคาบสมุทรและบอร์เนียวรวมทั้งที่ Kuala Selangor, Fraser's Hill, Taman Negara และวนอุทยาน Bako ในซาราวัก ตลอดจนวนอุทยาน Kinabalu และ Danum Valley ในซาบาห์

ส่วนนักดูนกมือใหม่หรือคนที่จำกัดสถานที่ไว้เฉพาะรอบกรุงกัวลาลัมเปอร์ มีที่สำหรับดูนกดีๆ อยู่หลายแห่งซึ่งขับรถไปได้ในเวลาไม่เกินสองสามชั่วโมง พื้นที่แห่งใหม่ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นอาณาจักรนกคือที่ Putrajaya Wetlands สภาพแวดล้อมของบึงน้ำที่สร้างสรรค์โดยมนุษย์ดึงดูดทั้งนกและนักดูนกไปพร้อมกัน อยู่ห่างจากกัวลาลัมเปอร์ไปทางใต้เพียงไม่ถึงหนึ่งชั่วโมง สำหรับการท่องเที่ยวแสนสุขในหนึ่งวันลองไปที่วนอุทยาน Kuala Selangor บึงต้นโกงกางในแนวชายฝั่งตะวันตกก็มีนกกว่า 130 สายพันธุ์ และนกอพยพที่มาในบางฤดูกาลรวมถึงนกอีก๋อยปากช้อนที่หายาก ที่ Fraser's Hill และ Cameron Highlands ซึ่งล้อมรอบด้วยเนินเขาเขียวชะอุ่มให้ภาพทิวทัศน์ในมุมกว้างอิ่มตาพร้อมด้วยเส้นทางเดินเขาที่มีนกอาศัยอยู่โดยรอบ

คนที่มีเวลามากหน่อยอาจอยากเดินทางไกลออกนอกเมืองไปยังอุทยานแห่งชาติดึกดำบรรพ์ของมาเลเซียอย่าง Taman Negara ที่ซึ่งบริเวณป่าดงดิบที่ราบต่ำโบราณเป็นแหล่งอาศัยของนกกว่า 300 สายพันธุ์ ที่เป็นที่นิยมอีกแห่งคือเขตอนุรักษ์พันธุ์นก Kuala Gula บนชายฝั่งของเปรัก ที่นี่มีนกกระสาสีขาวที่ดุร้ายอยู่เป็นกลุ่มใหญ่







ในบอร์เนียว เขตอนุรักษ์พันธุ์นก Kota Kinabalu City ซึ่งเป็นแหล่งอาหารของนกท้องถิ่นและนกอพยพที่มาจากเอเชียเหนือหลายชนิด ไปถึงได้ไม่ยากจากเมืองหลวงของซาบาห์ และที่วนอุทยาน Kinabalu ซึ่งเป็นพื้นที่มรดกโลกมีนกพันธุ์เฉพาะถิ่นอย่างนกกระจิบ Kinabalu ใช้เวลาเดินทางจากเมืองหลวงเพียงสองชั่วโมง ยังมีที่ดูนกดีๆ อีกหลายแห่งในซาราวักอย่างอุทยานแห่งชาติ Gunung Mulu มีนกพันธุ์เฉพาะถิ่นของซาราวักจำนวนมากอย่างนกปากห่างถุงเท้ายาวอยู่ในเขต Kelabit Highlands

ฤดูกาลดูนกและข้อควรรู้

ลักษณะสภาพอากาศเขตร้อนของมาเลเซียเอื้อให้ดูนกได้ตลอดทั้งปี เพียงแต่ในฤดูฝนนั้นต้องเตรียมอุปกรณ์กันฝนหรือเสื้อกันฝนไปด้วย แม้ว่าส่วนใหญ่จะคาดการณ์ล่วงหน้าไม่ค่อยได้ แต่ถ้าเป็นชายฝั่งตะวันตกของคาบสมุทรแล้วล่ะก็แน่ใจได้ว่าตั้งแต่เดือนกันยายนถึงธันวาคมจะมีฝนตกหนักเป็นประจำ ส่วนชายฝั่งตะวันออกจะมีมรสุมในช่วงเดือนธันวาคมถึงกุมภาพันธ์ และในบอร์เนียวฝนจะตกเร็วกว่าฤดูกาล

พวกนกอพยพจะใช้ชายฝั่งตะวันตกของมาเลเซียเป็นเส้นทางบินสู่เกาะสุมาตราและดินแดนที่ไกลออกไป โดยจะมีการอพยพสูงสุดในระหว่างเดือนเมษายนถึงตุลาคม

ควรระมัดระวังและให้ความใส่ใจนกและแหล่งอาศัยของพวกมันเช่นเดียวกับที่ปฏิบัติกับสัตว์ป่าทั้งหลาย ไม่ใช่แค่ยิงหรือจับนกเท่านั้นที่ผิดกฎหมายราชกิจจานุเบกษาของเขตอนุรักษ์พันธุ์นก แต่การรังควาญหรือรบกวนก็ผิดเช่นกัน นอกจากนี้การซื้อขายนกพันธุ์สงวนก็เป็นข้อห้ามภายใต้กฎข้อบังคับด้านการคุ้มครองสัตว์ป่าปี 1972 ของคาบสมุทรมาเลเซีย ส่วนในซาบาห์กับซาราวักนั้นมีกฎข้อบังคับที่แยกต่างหาก ในหลายรัฐ การผ่านเข้าเขตอนุรักษ์พันธุ์นกอาจต้องขออนุญาตจากกรมป่าไม้ นักดูนกต้องตรวจสอบกับไกด์หรือตัวแทนบริษัทท่องเที่ยว

ข้อควรปฏิบัติสำหรับนักดูนก

- อ่านหรือศึกษาเกี่ยวกับสถานที่และพันธุ์นกให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้เพื่อทำความรู้จักก่อนจะไปพบของจริง
- กล้องส่องทางไกลช่วยให้มองเห็นนกได้ในระยะไกลรวมทั้งนกที่กำลังบินอยู่ในระดับสูง
- ส่วนใหญ่นกจะออกมาหาอาหารในเวลาเช้าและเย็นซึ่งอุณหภูมิลดต่ำลง ดูคำแนะนำจากหนังสือดูนกประกอบไปด้วยว่าเวลาไหนจะเห็นนกชนิดใดได้ดีที่สุด
- นกหลายชนิดมีนิสัยและรูปแบบในการหาอาหารที่มีระเบียบ สถานที่ที่ดีที่สุดสำหรับดูนกชายฝั่งคือบริเวณดินเลนในช่วงเวลาน้ำลด
- ถ้าจะถ่ายรูปนกควรใช้เลนส์ซูมระยะไกลและเตรียมแฟลชไปด้วยเผื่อแสงธรรมชาติสว่างไม่พอ

สถานที่ดูนก

- Bukit Larut (Maxwell Hill), เปรัก, (ป่าเขา)
- เขตอนุรักษ์พันธุ์นก Kuala Gula, เปรัก, (ป่าโกงกาง)
- อุทยานธรรมชาติ Kuala Selangor, สลังงอร์, (ป่าโกงกาง)
- Cameron Highlands, ปาหัง, (ป่าเขา)
- Genting Highlands, ปาหัง, (ป่าเขา)
- Taman Negara, ปาหัง (ป่าฝนที่ราบต่ำ)
- Fraser's Hill, ปาหัง, (ป่าเขา)
- วนอุทยาน Kinabalu, ซาบาห์, (ป่าเขา)
- เขตอนุรักษ์พันธุ์นก Kota Belud, ซาบาห์, (ป่าฝนที่ราบต่ำ)
- Danum Valley, ซาบาห์, (ป่าฝนที่ราบต่ำ)
- อุทยานแห่งชาติ Bako, ซาราวัก, (ป่าฝนที่ราบต่ำ)
- อุทยานแห่งชาติ Gunung Mulu, ซาราวัก, (ป่าโกงกาง)

ติดต่อได้ที่

Countryview Recreation Park
(Jeram Besu) Sdn Bhd
Lot 1937 Jeram Besu Mukim Sega
27300 Benta,
Pahang, Malaysia
โทร : 609 3230 230 / 3230 210
แฟกซ์ : 609 3230 200
อีเมล์ : crpjbesu@tm.net.my
www.countryviewadventure.com

Intra Travel Service Sdn Bhd
Office No. 5, Airport Terminal 2
(Cargo and Warehouse Terminal)
Old Airport Road, Tanjung Aru
Locked Bag 113
88999 Kota Kinabalu,
Sabah, Malaysia
โทร : 6088 261 558
แฟกซ์ : 6088 267 558
อีเมล์ : enquiry@tabinwildlife.com.my
www.tabinwildlife.com.my













ดำน้ำชมซากเรือ

ท้องทะเลอบอุ่นเป็นประกายทั่วประเทศมาเลเซียเหมาะอย่างยิ่งที่จะเป็นจุดดำน้ำ น้ำในเขตร้อนเอื้อต่อระบบนิเวศน์ใต้ทะเลให้ก่อเกิดปะการังอันงดงาม ปลาหลากหลายพันธุ์ เต่าทะเล และหอยกาบยักษ์

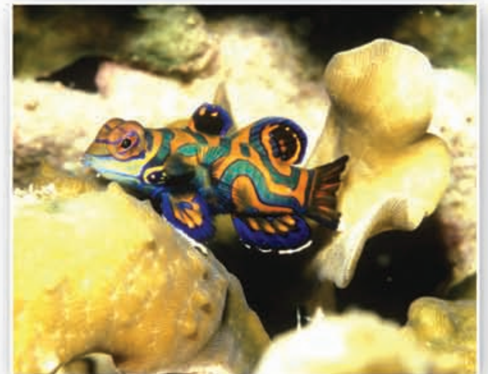
การดำน้ำลึกเพื่อชมสภาพแวดล้อมในทะเลที่อุดมสมบูรณ์เป็นเรื่องธรรมดาสำหรับประเทศนี้ที่ซึ่งมีแหล่งดำน้ำเด่นๆ อยู่หลายแห่งด้วยกันตามเกาะต่างๆ อย่าง Pulau Sipadan และ Pulau Layang-layang ในซาบาห์ รวมทั้ง Pulau Tioman, Pulau Redang และหมู่เกาะ Perhentian บริเวณชายฝั่งตะวันออกของคาบสมุทร การดำน้ำชมซากเรืออับปางทำให้ได้เห็นความเพลิดเพลินอีกมุมมองหนึ่งของผืนน้ำมาเลเซีย

เกาะ Pulau Labuan ไกลออกไปจากชายฝั่งตะวันตกของซาบาห์เป็นแหล่งดำน้ำชมซากเรือที่น่าพิสมัยแห่งหนึ่ง ซากเรือทั้งสี่ที่อยู่รอบเวิ้งทะเล Labuan มีชื่อดังนี้ คือ American, Australian, Blue Water และ Cement Wrecks ซึ่งทั้งหมดนี้สามารถไปถึงได้ไม่ยาก แต่นักดำน้ำมืออาชีพน่าจะอยู่สำรวจด้านในซากเรือให้ทั่วจะดีที่สุด นอกจากนี้ยังมีปลาบาราคิวดาและฝูงปลาค้างคาวให้เห็นเป็นปกติในบริเวณนี้

นอกชายฝั่งซาราวัก นักดำน้ำสามารถเข้าร่วมการดำน้ำชมซากเรือ Katori Maru ของกองกำลังญี่ปุ่นสมัยสงครามโลกครั้งที่สอง

ส่วนทางชายฝั่งตะวันออกของคาบสมุทร เวิ้งทะเลนอก Lanjut ในยะโฮร์มีจุดที่เรืออับปางอยู่ด้วยกันสองแห่ง รวมถึงเรือรบญี่ปุ่นสมัยสงครามโลกครั้งที่สองที่จมอยู่นอกเกาะ Pulau Berhala

ไม่ควรดำน้ำในช่วงฤดูมรสุมระหว่างเดือนพฤศจิกายนถึงมกราคมที่บริเวณทะเลจีนใต้





รู้รอบเรื่องมาเลเซีย

ประเทศ
สหพันธรัฐมาเลเซีย ประกอบด้วยคาบสมุทรมาเลเซีย รวมทั้งรัฐแห่งซาบาห์และซาราวักในบอร์เนียว

ที่ตั้ง
ตั้งอยู่ระหว่างองศาที่ 2 และองศาที่ 7 เหนือเส้นศูนย์สูตร คาบสมุทรมาเลเซียนั้นแยกจากรัฐซาบาห์และซาราวักด้วยทะเลจีนใต้ ทางเหนือของคาบสมุทรมาเลเซียคือประเทศไทย ขณะที่ทางใต้นั้นติดกับประเทศสิงคโปร์ ซาบาห์และซาราวักมีชายแดนร่วมกับประเทศอินโดนีเซีย นอกจากนี้ซาราวักยังมีเขตแดนร่วมกับประเทศบรูไนดารุสซาลามอีกด้วย

พื้นที่
329,758 ตารางกิโลเมตร

ประชากร
25 ล้านคน

เมืองหลวง
กรุงกัวลาลัมเปอร์

ประชาชน
ชาวมาเลย์เป็นประชาชนส่วนใหญ่มีจำนวน 75% แบ่งเป็นเชื้อสายจีน อินเดีย และชนเผ่าพื้นเมืองต่างๆ เช่น KadazanDusun และ Iban ที่อาศัยอยู่ทางภาคตะวันออกของมาเลเซีย

ภาษา
Bahasa Melayu (มาเลย์) เป็นภาษาทางการ ขณะที่ภาษาอังกฤษเป็นภาษาพูดที่แพร่หลาย ชนเผ่าพื้นเมืองมักจะพูดหลายภาษา ทั้งภาษาหลักและภาษาท้องถิ่น

ศาสนา
ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาประจำชาติ แต่การนับถือศาสนาอื่นสามารถทำได้โดยเสรี

การปกครอง
เป็นการปกครองในระบอบประชาธิปไตยแบบสองสภา มี Yang di-Pertuan Agong หรือพระราชาเป็นประมุขของประเทศ และนายกรัฐมนตรีเป็นผู้นำรัฐบาล

สภาพอากาศ
อยู่ในเขตร้อน มีอากาศอบอุ่นตลอดทั้งปี อุณหภูมิโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 21 องศาเซลเซียส ถึง 32 องศาเซลเซียส ปริมาณฝนตลอดทั้งปีอยู่ที่ประมาณ 2,000 ถึง 2,500 มิลลิเมตร

ประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม
นอกเหนือจากชาวมาเลย์ท้องถิ่นและชนเผ่าพื้นเมือง ยังมีผู้อพยพมาจากประเทศจีน อินเดีย อินโดนีเซีย และจากประเทศอื่นๆ ทั่วโลก ทำให้เป็นที่รวมตัวกันของประชาชนหลากเชื้อชาติ ความหลากหลายทางวัฒนธรรมที่น่าสนใจเกิดจากความเป็นมาอันยาวนานของประเทศแห่งนี้เอง รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับโลกภายนอก และอยู่ใต้การปกครองของอาณานิคมทั้งโปรตุเกส ดัตช์ และอังกฤษ การปฏิรูปประเทศสู่ความหลอมรวมทางวัฒนธรรมเห็นได้ชัดจากการผสมกลมกลืนของศาสนา กิจกรรมทางสังคมวัฒนธรรม ประเพณี ภาษา และอาหารจนมีเอกลักษณ์เฉพาะตน มาเลเซียได้รับอิสรภาพในวันที่ 31 สิงหาคม 1957 ถือเป็นวันสถาปนารัฐแห่งมลายา ตามด้วยการเข้ามาของซาบาห์และซาราวักในปี 1963 รวมตัวกันเป็นประเทศมาเลเซีย

วันหยุด
• วันปีใหม่ (1 มกราคม)* • วันตรุษจีน (22 และ 23 มกราคม)* • วันรวมดินแดนสมาพันธรัฐ (1 กุมภาพันธ์)** • วันแรงงาน (1 พฤษภาคม)* • วันวิสาขบูชา (3 พฤษภาคม)* • วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระราชาธิบดี (5 มิถุนายน)* • วันชาติ (31 สิงหาคม)* • วันทีปวาลี (11 พฤศจิกายน)# • วันฮารีรายอ ไอดิลฟิตรี (14 และ 15 ธันวาคม)* • วันคริสต์มาส (25 ธันวาคม)

หมายเหตุ : (*) วันหยุดประจำชาติ • (**) วันหยุดเฉพาะกรุงกัวลาลัมเปอร์ และปุตราจายา

(#) ยกเว้นซาราวัก และ ลาบวน

โครงสร้างทางเศรษฐกิจ
อุตสาหกรรมนับว่าเป็นส่วนประกอบใหญ่ที่สุดของเศรษฐกิจมาเลเซีย ขณะที่การท่องเที่ยวและสินค้าสำคัญอย่างปิโตรเลียม ปาล์ม ยางพารา และไม้ ถือเป็นองค์ประกอบปลักทางเศรษฐกิจ

การเข้าประเทศ
ผู้ที่จะเดินทางเข้าประเทศมาเลเซียต้องถือหนังสือเดินทางหรือเอกสารการเดินทางที่มีอายุไม่น้อยกว่า 6 เดือนตลอดช่วงเวลาการเดินทาง สำหรับชาวต่างชาติถ้าเดินทางเพื่อสังคมหรือธุรกิจไม่ต้องใช้วีซ่า

หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม ให้ตรวจสอบกับหน่วยงานทางการทูตของมาเลเซียหรือสำนักงานการท่องเที่ยวมาเลเซียที่อยู่ใกล้เคียง หรือเข้าไปชมที่ www.tourismmalaysia.gov.my

เงินตรา
หน่วยเงินตราคือ Malaysian Ringgit หรือ RM. เงินตราต่างประเทศสามารถแลกเปลี่ยนได้ที่ธนาคารและผู้รับแลกเปลี่ยน

ผู้เดินทางทุกคน หมายรวมถึงผู้ที่พำนักอยู่และผู้ที่ไม่ได้พำนักอยู่ต้องกรอกเอกสารสำแดงรายการสิ่งของ (TDF) ซึ่ง TDF แบบใหม่จะแยกเป็นสองส่วน สำหรับผู้พำนักอยู่ใช้สีฟ้า และผู้ที่ไม่ได้พำนักอยู่ใช้สีขาว

ผู้พำนักอยู่ต้องแสดงรายละเอียดเงินริงกิตตามจำนวนจริงหากนำติดตัวเข้าหรือออกประเทศมาเลเซียเกินกว่า 1,000 RM รวมทั้งต้องแสดงรายละเอียดสกุลเงินต่างชาติรวมทั้งเช็คเดินทางตามจำนวนจริงหากนำติดตัวออกนอกประเทศในมูลค่าคิดเป็นเงินริงกิตเกิน 10,000 RM แต่ไม่จำเป็นต้องแสดงจำนวนเงินต่างชาติเมื่อกลับเข้าประเทศอีกแต่อย่างใด ส่วนผู้ไม่ได้พำนักอยู่ต้องแสดงเงินต่างชาติตามจำนวนจริงหากนำเข้าหรือออกประเทศมาเลเซียเกิน 2,500 USD

ผู้พำนักอยู่ต้องเก็บ TDF ไว้ในหนังสือเดินทางเมื่อออกนอกประเทศมาเลเซียและคืน TDF ในขากลับ สำหรับผู้ไม่ได้พำนักอยู่ต้องกรอก TDF ซึ่งจะติดไว้ในหนังสือเดินทางในขาเข้าประเทศมาเลเซียเพื่อส่งคืนในขาออก

เวลาทำการธนาคาร
สำหรับในรัฐส่วนใหญ่ :
จันทร์ - ศุกร์ : 9.30 - 16.00 น.
เสาร์ : 9.30 - 11.30 น.
อาทิตย์ : ปิด
สำหรับเกดะห์ กลันตัน และตรังกานู :
เสาร์ - พุธ : 9.30 – 16.00 น.
พฤหัส : 9.30 – 11.30 น.
ศุกร์ : ปิด

ไปรษณีย์
เปิดตั้งแต่ 8.00 ถึง 17.00 น.ทุกวัน ยกเว้นวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ส่วนในเกดะห์ กลันตัน และตรังกานูจะปิดในวันศุกร์และวันหยุดนักขัตฤกษ์

เวลา
เร็วกว่าเวลา GMT แปดชั่วโมง และเร็วกว่ามาตรฐานเวลาเขตแปซิฟิกของสหรัฐ 16 ชั่วโมง

กระแสไฟฟ้า
กระแสไฟฟ้ามีขนาด 220-240 โวลต์ การหมุน 50 รอบต่อวินาที

ระบบชั่งตวงวัด
มาเลเซียใช้ระบบชั่งตวงวัดแบบเมตริก

โทรศัพท์
สามารถโทรฯ ภายในประเทศได้จากตู้โทรศัพท์สาธารณะแบบหยอดเหรียญหรือใช้บัตรเติมเงิน โทรฯ ระหว่างประเทศได้จากตู้โทรศัพท์สาธารณะแบบใช้บัตรโทรศัพท์ หรือที่สำนักงานเทเลคอม

การเดินทางไปมาเลเซีย
ประตูใหญ่ของประเทศมาเลเซียคือสนามบินนานาชาติกัวลาลัมเปอร์แห่งใหม่ที่เซปังซึ่งตั้งอยู่ห่างจากกัวลาลัมเปอร์ไปทางใต้ประมาณ 50 กิโลเมตร ส่วนสนามบินนานาชาติที่สำคัญแห่งอื่นที่เป็นจุดเข้าเมืองอยู่ที่ปีนัง กูชิง โกตากินาบาลู และ ลังกาวี

ทางเข้าทางทะเลอยู่ที่ Port Klang ประมาณ 50 กิโลเมตรจากกัวลาลัมเปอร์ นอกจากนี้ยังมีทางรถไฟและถนนจากสิงคโปร์และประเทศไทยไปยังมาเลเซียด้วย ABDA Worldwide Excess Baggage เป็นบริการขนส่งที่มีค่าใช้จ่ายต่ำกว่าการขนส่งโดยเครื่องบินถึง 50% สอบถามได้ที่
โทร : 603 – 7781 0564
แฟกซ์ : 603 – 7781 1300
อีเมล์ : info@abda.com.my

เดินทางทั่วมาเลเซีย
มาเลเซียมีเส้นทางเชื่อมต่อทางอากาศภายในประเทศที่เป็นเลิศ รวมทั้งระบบการคมนาคมสาธารณะที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพทั้งรถโดยสาร แท็กซี่ และรถไฟ

ที่พัก
มาเลเซียมีที่พักหลายระดับที่มีการแข่งขันกันด้านราคา ทั้งโรงแรมมาตรฐานสากล โรงแรมระดับกลาง โรงแรมราคาประหยัด บ้านพักเยาวชน และอพาร์ตเมนต์แบบแบ่งเช่า เป็นส่วนหนึ่งของที่พักซึ่งหาได้ในมาเลเซีย

สิ่งที่ควรและไม่ควรทำ
เมื่อเดินทางไปมาเลเซีย นักท่องเที่ยวควรเรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมและข้อปฏิบัติของท้องถิ่น มารยาทและวัฒนธรรมทั่วไปมีดังนี้ :

- ถ้าจะไปบ้านใครควรโทรฯ บอกเจ้าของบ้านก่อนถึงจะเหมาะสม
- ต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าบ้านชาวมาเลเซีย
- มักจะมีการเชิญแขกให้ดื่มเครื่องดื่ม ควรจะรับเชิญทุกครั้ง
- ให้ใช้มือขวาเสมอเมื่อรับประทานอาหารด้วยมือ รวมถึงส่งและรับของ
- ไม่ควรชี้สถานที่ สิ่งของ และบุคคลด้วยนิ้วชี้ข้างขวา
- แต่ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือข้างขวาโดยกำอีกสี่นิ้วเอาไว้
- ถ้าจะเข้าสถานที่ศักดิ์สิทธิ์อย่างสุเหร่าหรือวัด ต้องถอดรองเท้าเสมอ
- สุเหร่าบางแห่งจะเตรียมผ้านุ่งและผ้าคลุมศีรษะไว้ให้นักท่องเที่ยวสตรีและบุรุษที่สวมกางเกงขาสั้น
- ส่วนใหญ่จะอนุญาตให้ถ่ายภาพสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ได้ แต่ก็ควรขออนุญาตก่อนเสมอ
- ในมาเลเซีย การดื่มอวยพรเป็นวิธีปฏิบัติที่ไม่ปกติ ประเทศที่ประชากรส่วนใหญ่เป็นมุสลิมมักไม่ดื่มแอลกอฮอล์









จัดทำโดย : การท่องเที่ยวมาเลเซีย, กระทรวงการท่องเที่ยว

(การนำเข้าสารเสพย์ติดผิดกฎหมายมีโทษถึงประหารชีวิต)

เอกสารแจกฟรี